BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Manusia adalah makhluk yang memiliki rasa emosi. Hidup manusia diwarnai dengan emosi dan berbagai macam perasaan. Manusia sulit dalam menikmati hidup tanpa memiliki rasa emosi. Manusia bukanlah manusia, jika tanpa emosi. Kita memiliki emosi dan rasa, karena emosi dan rasa menjadi bagian yang tidak terpisahkan dalam kehidupan kita sebagai manusia.[1] Adapun emosi yang ada dalam diri manusia seperti amarah, kesedihan, rasa takut, kenikmatan, cinta, terkejut, jengkel dan malu.[2]

Setiap manusia memiliki apa yang dikatakan dengan emosi, termasuk remaja. Masa remaja merupakan masa peralihan antara anak-anak kemasa dewasa. Karena berada pada masa peralihan status remaja agak kabur, baik bagi dirinya maupun bagi lingkungannya. Masa remaja biasanya memiliki energi yang besar, emosi berkobar-kobar, sedangkan pengendalian diri belum sempurna. Remaja juga sering mengalami perasaan tidak aman, tidak tenang, kesepian, dan khawatir.[3] Secara umum masalah yang terjadi

[1] Triantoro Safaria & Nofrant Eka Saputra, *Manajemen Emosi*, (Jakarta: PT Bumi Aksara, 2009), h. 11

[2] Hamzah B Uno, *Orientasi Baru Dalam Psikologi Pembelajaran,* (Jakarta: PT Bumi Aksara, 2008), h. 64

[3]Mohammad Ali & Mohammad Asrori, *psikologi Remaja*, (Jakarta: PT Bumi Aksara 2014), h. 67

pada remaja dapat diatasi dengan baik jika orang tuanya termasuk orang tua yang cukup baik.[4]

Perjalanan kehidupan tiap-tiap orang tidak selalu sama. Kehidupan mereka masing-masing berjalan menurut polanya sendiri-sendiri. Seseorang yang pola kehidupannya berlangsung mulus, dimana dorongan-dorongan dan keinginan-keinginan atau minatnya dapat terpenuhi atau dapat dicapai, mereka cenderung memiliki perkembangan emosi yang stabil dan dengan demikian dapat menikmati hidupnya. Tetapi sebaliknya, jika dorongan dan keinginan tidak berhasil terpenuhi, baik disebabkan kurangnya kemampuan untuk memenuhinya atau kondisi ligkungan yang kurang menunjang, sangat dimungkinkan perkembangan emosionalnya mengalami gangguan.[5] Jika mengamati proses pendididkan di indonesia, proses belajar mengajar lebih banyak diarahkan pada kemampuan kognitif saja. Siswa jarang diajarkan atau dilatih untuk mengembangkan aspek emosinya. Sebagai contoh pelatihan tentang bagai mana mengelola emosi, menghadapi konflik, berkomunikasi secara positif, mengelola stres dan keterampilan hidup lainnya.[6]

Kesejahteraan psikologis dan kebahagiaan seseorang lebih ditentukan oleh perubahan atau pengalaman emosional yang sering dialaminya. Hal ini disebut sebagai efek. Jika individu lebih banyak merasakan dan mengalami efek negatif seperti marah, benci, dendam, dan kecewa maka

---

[4] Yudrik Jahja, *Pikologi perkembangan*, (Jakarta: Kencana, 2011), h. 288

[5] Sunarto & Agung Hartono, *perkembagan peserta didik*, (Jakarta: Rineka Cipta, 1995), h. 148

[6] Triantoro Safaria & Nofrant Eka Saputra... h. 3

individu akan diliputi oleh suasana psikologis yang tidak nyaman dan tidak menyenangkan. Akibatnya, individu akan terasa sulit merasakan kepuasan kehidupan dan kebahagiaan. Menurut pandangan teori kognitif, emosi lebih banyak ditentukan oleh hasil interpretasi kita terhadap suatu peristiwa. Kita dapat memandang dan menginterpretasikan sebuah peristiwa dalam persepsi atau penilaian negatif, tidak menyenangkan, menyengsarakan, menjengkelkan, mengecewakan, atau sebaliknya dalam persepsi positif seperti sebuah kewajaran, hal yang indah, sesuatu yang mengharukan, atau membahagiakan. [7]

Uraian diatas menggambarkan bahwa ada orang yang cerdas secara emosional dan ada juga yang tidak, hal ini dapat disebabkan oleh berbagai hal diantaranya dapat disebabkan dari pola pembangunan sumber daya manusia yang terlalu mengedepankan kecerdasan intelektual sehingga pengembangan kecerdasan emosional hanya sebagai pelengkap atau sekedar modal dasar tanpa perlu dikembangkan lebih baik lagi. Selain itu peranan lingkungan terutama lingkungan keluarga juga sangat dibutuhkan dalam meningkatkan kecerdsan emosional remaja yang mana hal tersebut jarang diajarkan disekolah.

Istilah kecerdasan emosional pertama kali dilontarkan pada tahun 1990 oleh Psikolog Peter Salovey dan John Mayer untuk menerangkan kualitas-kualitas emosional yang tampaknya penting bagi keberhasilan. Kualitas –kualitas ini antara lain adalah empati, mengungkapkan dan

[7] Triantoro Safaria & Nofrant Eka Saputra...h. 14

memahami perasaan, mengendalikan amarah, kemandirian, kemampuan menyesuaikan diri, disukai, kemampuan memecahkan masalah antar pribadi, ketekunan, kesetiakawanan, kemarahan dan sikap hormat.[8]

Dalam ayat Al-quran juga terdapat beberapa firman Allah SWT yang menggambarkan tentang kecerdasan emosional diantaranya dalam Surat Yusuf ayat 53:

وَمَآ أُبَرِّئُ نَفۡسِيٓۚ إِنَّ ٱلنَّفۡسَ لَأَمَّارَةُۢ بِٱلسُّوٓءِ إِلَّا مَا رَحِمَ رَبِّيٓۚ إِنَّ رَبِّي غَفُورٞ رَّحِيمٞ ٥٣

Artinya:Dan aku tidak membebaskan diriku (dari kesalahan), karena sesungguhnya nafsu itu selalu menyuruh kepada kejahatan, kecuali nafsu yang diberikan rahmat oleh Tuhanku. Sesungguhnya Tuhanku maha pengampun lagi maha penyayang."[9]

Menurut UU no 20 tahun 2003 tentang SISDIKNAS, Tujuan Pendidikan Nasional adalah mencerdaskan kehidupan bangsa dan mengembangkan manusia indonesia seutuhnya, yaitu manusia yang beriman dan bertaqwa terhadap Tuhan Yang Maha Esa dan berbudi pekerti luhur, memiliki pengetahuan dan keterampilan, kesehatan jasmani dan rohani, kepribadian yang mantap dan mandiri serta rasa tanggung jawab kemasyarakatan dan kebangsaan.[10]

Selain dalam Al-Qur'an dan UU, para ahli juga berpendapat terkait kecerdasan emosional diantaranya, Salovey dan Mayer dikutip dalam buku Daniel Goleman mendefinisikan kecerdasan emosional sebagai kemampuan memantau dan mengendalikan perasaan sendiri dan orang

[8] Lawrence E. Shapiro, *Mengajarkan Emotional Intelligence*, (Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 1997), h. 5

[9] Departemen Agama RI, Al-qur'an dan Terjemahan, (Jakarta: Syamil Cipta Media, 2004), h. 208

[10] Undang-Undang Dasar Negara Republik Indonesia No 20 Tahun 2003, Tentang Sisdiknas

lain, serta menggunakan perasaan itu untuk memandu pikiran dan tindakan.[11]

Pendapat lain, yaitu Reuven- On dikutip dalam buku Steven dan Howard menyebutkan bahwa kecerdasan emosional merupakan serangkaian kemampuan, kompetensi, dan kecakapan non kognitif, yaitu yang mempengaruhi kemampuan seseorang untuk berhasil mengatasi tuntutan dan tekanan lingkungan.[12]

Goleman membagi kecerdasan emosional kedalam 5 (lima) komponen yaitu sebagai berikut:

1. Kesadaran diri
2. Pengaturan diri
3. Motivasi
4. Empati
5. Keterampilan sosial.[13]

Ani Endriani berpendapat ada dua faktor yang mempengaruhi kecerdasan emosional seseorang, pertama faktor internal adalah apa yang ada dalam diri individu yang mempengaruhi kecerdasan emosinya. Faktor internal ini memiliki dua sumber yaitu segi jasmani dan segi pskikologis. Segi jasmani adalah faktor fisik dan kesehatan individu, segi psikologis mencakup didalamnya pengalaman, perasaan, kemampuan berfikir dan

[11] Daniel Goleman, *Kecerdasan Emosional Untuk Mencapai Puncak Prestasi*, (Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 1999), h.513

[12] Steven dan Howard. *Ledakan EQ*. (Bandung: Galeri Buku Indonesia, 2002), h. 30

[13] Daniel Goleman, *Emotional Intelligence*, (Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama, 2002), h. 514

motivasi. Kedua Faktor ekternal adalah stimulus dan lingkungan dimana kecerdasan emosional berlangsung. Faktor eksternal meliputi: pertama, Stimulus itu sendiri, kejenuhan stimulus merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi keberhasilan seseorang dalam memperlakukan kecerdasan emosi. Kedua lingkungan atau situasi khususnya yang melatar belakangi kecerdasan emosi. [14]

Semakin tinggi kecerdasan emosional seseorang, semakin besar kemungkinan untuk sukses sebagai pekerja, orang tua, manager, anak dewasa bagi orang tua, mitra bagi pasangan hidup, atau calon untuk suatu posisi jabatan. Penting untuk diketahui bahwa kecerdasan emosional adalah dasar untuk lahirnya kecakapan emosi yang diperoleh dari hasil belajar, dan dapat menghasilkan kinerja menonjol dalam pekerjaan.[15]

Berangkat dari penjelasan tersebut penulis mencoba melakukan observasi di Dusun Lubuak Nunang dan fenomena menggambarkan:

1. Masih ditemukan Remaja yang belum memiliki pengaturan diri yang baik, hal ini terindikasi dari hubungan remaja yang kurang akur dengan saudaranya seperti: remaja sering bertengkar dengan saudaranya hanya karena masalah kecil hingga mereka tidak bertegur sapa dalam waktu yang lama setelah bertengkar, bahkan remaja sering

[14] Ani Endriani, *Kecerdasan-Emosional-menurut-Daniel-Goleman* tersedia: di (Online): Http://ani endriani.blogspot.com/2008/05/kecerdasan-emosi-posted-psikologi-umum.html. (4 April 2016)

[15] Hamzah B. Uno..., h. 71

melontarkan kata-kata yang tidak pastas kepada saudaranya ketika pertengkaran itu terjadi.

2. Masih ditemukan Remaja yang belum memiliki kemampuan motivasi diri, hal ini terindikasi dari remaja sering menangis berlebihan ketika tidak mendapatkan apa yang mereka inginkan.
3. Masih ditemukan Remaja yang belum memiliki kemampuan mengenali emosi orang lain/empati, hal ini terindikasi dari sikap remaja yang ingin menang sendiri, tanpa memikirkan perasaan orang lain yang penting dirinya senang. Selain itu remaja suka berbicara menyakiti perasaan lawan bicaranya seperti mengungkit-ungkit kejadian memalukan/aib dari lawan bicaranya, hal ini sering dilakukan remaja kepada temannya ketika mereka tidak sepaham.
4. Masih ditemukan Remaja yang belum memiliki Kemampuan membina hubungan sosial dengan orang lain, hal ini terindikasi dari kebiasaan remaja yang berfikiran negatif terhadap orang lain yang pada akhirnya hal tersebut menjadi pertikaian antara remaja dengan orang tersebut. Selain itu remaja tidak menyapa ketika bertemu orang yang lebih besar di jalan, hal tersebut menyebabkan orang memiliki persepsi negatif kepada ramaja.

Selain observasi penulis juga melakukan wawancara di dusun Lubuak Nunang dan hasil wawancara menggambarkan:

1. Dari hasil wawancara yang dilakukan dengan salah seorang orangtua remaja Dusun Lubuak Nunang pada tanggal 4 Februari 2017 diketahui

bahwa masih ditemukan remaja yang belum memiliki kemampuan mengelola dan mengekpresikan emosi, hal ini terindikasi dari pernyataan orang tua yang menyatakan bahwa remaja mudah marah ketika keinginannya tidak tercapai serta remaja sering melampiaskan kemarahannya kepada orang lain yang tidak bersalah.

2. Dari hasil wawancara yang dilakukan dengan salah seorang warga masyarakat yang bernama SA pada tanggal 11 Februari 2017 diketahui bahwa masih ditemukan remaja yang belum memiliki Kemampuan mengenali emosi orang lain/empati, hal ini terindikasi dari pernyataan SA yang menyatakan bahwa remaja sering berkata-kata yang menyinggung perasaan orang lain, remaja kurang peka terhadap kondisi orang lain, misalnya remaja bersikap cuek ketika ada orang yang lagi mengalami kesulitan, selain itu remaja belum mampu membedakan mana teman dan mana orang yang lebih tua, ketika berbicara dengan orang ynng lebih besar remaja seperti berbicara kepada teman sama besarnya saja.

Berdasarkan uraian di atas maka peneliti tertarik dan mencoba untuk mengangkat sebuah judul "Kecerdasan Emosional Remaja Di Dusun Lubuak Nunang Nagari Bukik Batabuah untuk dijadikan sebagai sebuah penelitian.

B. Identifikasi Masalah

Identifikasi masalah didasarkan pada latar belakang masalah yang telah dikemukakan diatas. Dari latar belakang diatas maka dapat diidentifikasi masalah sebagai berikut:

1. Masih ditemukan remaja yang belum memiliki pengaturan diri yang bagus, hal ini terindikasi dari hubungan remaja yang kurang akur dengan saudaranya seperti: remaja sering bertengkar dengan saudaranya hanya karena masalah kecil hingga mereka tidak bertegur sapa dalam waktu yang cukup lama setelah bertengkar, bahkan remaja sering melontarkan kata-kata yang tidak pastas kepada saudaranya ketika pertengkaran itu terjadi, selain itu remaja mudah marah ketika keinginannya tidak tercapai dan juga sering melampiaskan kemarahannya kepada orang lain yang tidak bersalah.
2. Masih ditemukan remaja yang belum memiliki Kemampuan motivasi diri yang bagus, hal ini terindikasi dari remaja sering menangis ketika tidak mendapatkan apa yang mereka inginkan.
3. Masih ditemukan remaja yang belum memiliki memiliki kemampuan mengenali emosi orang lain/empati yang bagus, hal ini terindikasi dari sikap remaja yang ingin menang sendiri, tanpa memikirkan perasaan orang lain yang penting dirinya senang, remaja suka berbicara menyakiti perasaan lawan bicaranya seperti mengungkit-ungkit kejadian memalukan/aib dari lawan bicaranya, hal ini sering dilakukan remaja kepada temannya ketika mereka tidak sepaham. Selain itu

remaja sering berkata-kata yang menyinggung perasaan orang lain, dan juga remaja kurang peka terhadap kondisi orang lain, misalnya remaja bersikap cuek ketika ada orang yang lagi mengalami kesulitan.

4. Masih ditemukan remaja yang belum memiliki memiliki Kemampuan membina hubungan sosial dengan orang lain, hal ini terindikasi dari kebiasaan remaja yang sering berfikiran negatif terhadap orang lain yang pada akhirnya hal tersebut menjadi pertikaian antara remaja dengan orang tersebut.

C. Batasan Masalah

Berdasarkan indentifikasi masalah tersebut, mengingat keterbatasan waktu, biaya dan kesempatan yang penulis miliki, maka penelitian ini dibatasi pada usia remaja dan diarahkan pada masalah-masalah sebagai berikut:

1. Mendeskripsikan kesadaran diri remaja di Dusun Lubuak Nunang Nagari Bukik Batabuah.
2. Mendeskripsikan pengaturan diri remaja Dusun Lubuak Nunang.
3. Mendeskripsikan motivasi diri remaja Dusun Lubuak Nunang.
4. Mendeskripsikan empati remaja Dusun Lubuak Nunang.
5. Mendeskripsikan keterampilan sosial Remaja Dusun Lubuak Nunang.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan batasan masalah dapat dirumuskan masalah penelitian sebagai berikut :

1. Seberapa tinggi kesadaran diri remaja Dusun Lubuak Nunang Nagari bukik Batabuah.
2. Seberapa tinggi pengaturan diri remaja Dusun Lubuak Nunang Nagari bukik Batabuah.
3. Seberapa tinggi motivasi diri remaja Dusun Lubuak Nunang Nagari bukik Batabuah. .
4. Seberapa tinggi empati remaja Dusun Lubuak Nunang Nagari bukik Batabuah.
5. Seberapa tinggi keterampilan sosial Remaja Dusun Lubuak Nunang Nagari bukik Batabuah. .

E. Tujuan dan Kegunaan Penelitian

Adapun tujuan penelitian ini berdasarkan batasan masalah yang ada yaitunya:

1. Mengetahui seberapa tinggi kesadaran diri remaja Dusun Lubuak Nunang Nagari Bukik Batabuah.
2. Mengetahui seberapa tinggi pengaturan diri remaja Dusun Lubuak Nunang Nagari Bukik Batabuah.
3. Mengetahui seberapa tinggi motivasi diri remaja Dusun Lubuak Nunang Nagari Bukik Batabuah.
4. Mengetahui seberapa tinggi empati remaja Dusun Lubuak Nunang Nagari Bukik Batabuah
5. Mengetahui seberapa tinggi keterampilan sosial sosial Remaja Dusun Lubuak Nunang Nagari Bukik Batabuah.

F. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan memilki manfaat sebagai berikut:

1. Manfaat teoritis

   Untuk memberikan sumbangan pemikiran bagi pengembangan ilmu pengetahuan khususnya bidang pengembangan kecerdasan emosional.

2. Manfaat praktis

   a. Bagi peneliti

      Untuk melengkapi tugas dan memenuhi syarat guna untuk mencapai dan mendapatkan gelar sarjana pendidikan pada Jurusan Bimbingan dan Konseling Fakultas Tarbiyah di IAIN Bukittinggi, serta untuk Menambah wawasan, kompetensi, pengetahuan, nilai, dan sikap (WPKNS) dalam rangka melaksanakan penelitian, selain itu penelitian ini juga menambah pengalaman khususnya tentang kecerdasan emosional remaja di Dusun Lubuak Nunang.

   b. Peserta didik

      Diharapkan penelitian ini dapat menjadi sumber informasi dan pengetahuan peserta didik tentang kecerdasan emosional remaja di Dusun Lubuak Nunang.

   c. Konselor

      Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai bahan pertimbangan dalam menyusun program bagi konselor. Yang

mana program tersebut bertujuan untuk meningkatkan kecerdasan emosional.

d. Pembaca

Menambah wawasan, kompetensi,pengetahuan, nilai, dan sikap (WPKNS) bagi para pembaca.

e. Penelitian lebih lanjut

Sebagai bahan masukan dan dasar berpijak serta dukungan penelitian yang relevan guna pengembangan yang dimaksud.

G. Penjelasan Judul

Untuk tidak terjadinya kesalah pahaman dalam menggunakan beberapa istilah dalam penelitian ada beberapa istilah yang dipakai untuk memperjelas maksud dan tujuan pada judul penelitian adalah sebagai berikut:

Kecerdasan Emosional: kecerdasan emosional merupakan serangkaian kemampuan, kompetensi, dan kecakapan non kognitif, yaitu yang mempengaruhi kemampuan seseorang untuk berhasil mengatasi tuntutan dan tekanan lingkungan.[16] Komponen-komponen dari kecerdasan emosional ini yaitu kesadaran diri, pengaturan diri, motivasi, empati dan keterampilan sosial.[17]

[16] Steven dan Howard. *Ledakan EQ*. (Bandung: Galeri Buku Indonesia, 2002), h. 30

[17] Daniel Goleman, *Emotional Intelligence*, (Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama, 2002), h. 514

Remaja: Masa remaja berlangsung antara umur 12 tahun sampai dengan 21 tahun bagi wanita dan 13 tahun sampai 22 tahun bagi pria.[18]

H. Sitematika Penulisan

Agar lebih terarah penulisan proposal ini, maka penulis akan menggunakan sistematika penulisan sebagai berikut:

BAB I Pendahuluan, berisikan latar belakang masalah, identifikasi masalah, rumusan masalah, penjelasan judul, tujuan dan kegunaan penelitian, serta sistematika penulisan.

BAB II Landasan Teoritis, yang berisikan teori-teori yang mendukung tentang judul penelitian yang akan diteliti, yaitu tentang Kecerdasan Emosional Remaja.

BAB III Metodologi Penelitian, yang berisikan tentang jenis penelitian, lokasi penelitian, populasi dan sampel, data yang akurat, dan teknik penulisan.

BAB IV Hasil Penelitiaan, yang berisikan tentang masalah yang akan diteliti.

BAB V Penutup, terdiri dari kesimpulan dan saran-saran. Disini akan dijelaskan bagaimana penyelesaian dari persoalan-persoalan yang dikemukakan dalam rumusan masalah berikut alasan-alasannya. Tidak

[18] Mohammad Ali & Mohammad Asrori, *psikologi Remaja*, (Jakarta: PT Bumi Aksara 2014), h.9

lupa diikutsertakan dengan saran-saran yang berguna dengan persoalan-persoalan yang akan dibahas.

BAB II

LANDASAN TEORITIS

A. Kecerdasan Emosional

1. Pengertian Kecerdasan Emosional

Istilah "kecerdasan emosional (*Emotional Intelligence*)" pertama kali dilontarkan pada tahun 1990 oleh psikolog Peter Salevoy dari dan John Mayer, untuk menerangkan kualitas-kualitas emosional yang tampaknya penting bagi keberhasilan. Sebelum membahas lebih dalam mengenai kecerdasan emosional, akan dipaparkan terlebih dahulu tentang emosi yang merupakan unsur utama dalam topik bahasan penlitian.[19]

Banyak definisi mengenai emosi yang dikemukakan oleh para ahli. Istilah emosi menurut Daniel Goleman seorang pakar kecerdasan emosional makna tepatnya masih membingungkan, baik dikalangan para ahli psikologi maupun ahli filsafat dalam kurun waktu selama ini lebih dari satu abad. Karena sedemikian membingunkannya makna emosi itu Daniel Goleman dalam mendefenisikan emosi merujuk pada makna yang paling harfiah yang diambil dari *Oxford English Dictionary* yang memaknai emosi sebagai suatu kegiatan atau pergolakan pikiran, perasaan, nafsu, suatu keadaan mental yang hebat dan meluap-luap. Lebih lanjut, Daniel Goleman mengatakan bahwa

[19] Laurence E Shapiro, *Mengajarkan Emosional Intelligence pada anak*. Alex Tri Kantjono terjemahan. (Jakarta: Gramedia Pustaka Utama 1997), h. 8

emosi merujuk pada suatu perasaan dan pikiran- pikiran yang khas, suatu keadaan biologis dan psikologis, dan serangkaian kecenderungan untuk bertindak. Menurut Daniel Goleman sesungguhnya ada ratusan emosi bersama dengan variasi, campuran, mutasi, dan nuansa sehingga makna yang dikandungnya lebih banyak, lebih kompleks, dan lebih halus dari pada kata dan definisi yang digunakan untuk menjelaskan emosi.[20]

Akar kata emosi adalah *movere*, kata kerja bahasa latin yang berarti "menggerakkan, bergerak: ditambah awalan 'e' untuk memberi arti "bergerak menjauh", menyiratkan bahwa kecenderungan bertindak merupakan hal mutlak dalam emosi.[21]

Berdasarkan kamus besar bahasa Indonesia, emosi adalah:

a. Luapan perasaan yang berkembang dan surut dalam waktu singkat.
b. Keadaan dan reaksi psikologis dan fisiologis (sepeti kegembiraan, kesedihan, keharuan, kecintaan, keberanian).

Beberapa ahli psikologi yang merumuskan emosi secara bervariasi berdasarkan teori teortis dengan pengerian berbeda-beda yang mereka gunakan menyepakati persesuaian umum bahwa keadaan emosional merupakan suatu reaksi kompleks yang mengaitkan satu tingkat tinggi kegiatan dan perubahan-perubahan secara mendalam, serta dibarengi perasaan yang kuat, atau disertai keadaan afektif. Emosi dapat

[20] Mohammad Ali & Mohammad Asrori, *Psikologi Remaja*, (Jakarta: PT Bumi Aksara 2014), h. 62

[21] Daniel Goleman, *Emotional Intelligence*, (jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama, 2005), cet ke-16, h. 7

dirumuskan sebagai suatu keadaan terangsang dari organisme, mencakup perubahan-perubahan yang disadari, yang mendalam sifatnya, dan perubahan perilaku, karena itu emosi lebih intens dari perasaan sederhana dan biasa, dan mencakup pula organisme selaku satu totalitas.[22] Emosi menuntun manusia menghadapi saat-saat kritis dan tugas-tugas yang terlampau bila hanya diserahkan pada otak. Setap emosi menawarkan pola persiapan tidakan tersendiri, masing-masing menuntun manusia kearah yang telah terbukti berjalan baik ketika menangani tantangan yang datang berulang-ulang dalam hidup mereka. Bagaimanapun, kecerdasan tidaklah berarti apa-apa bila emosi berkuasa.[23]

Menurut William James dikutip oleh Alex Sobur, emosi adalah kecenderunagn untuk memiliki perasaan yang khas bila berhadapan dengan objek tertentu dalam lingkungannya. Sejalan dengan itu dalam Alex Sobur juga disebutkan oleh Crow & Crow emosi sebagai suatu keadaan yang bergejolak pada diri individu yang berfungsi sebagai inner adjustment (penyesuaian dari dalam) terhadap lingkungan untuk mencapai kesejahteraan dan keselamatan individu.[24]

Sementara itu, Chaplin mendefinisikan emosi sebagai suatu keadaan yang terangsang dari organisme mencakup perubahan-

[22] Chaplin, Kamus Lengkap Psikologi, (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2005), cet ke-7, h.163

[23] Daniel Goleman, 2005..., h. 4

[24] Daniel Goleman, *Kecerdasan Emosi Untuk Puncak Prestasi*, (Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama, 2003), h. 265

perubahan yang disadari, yang mendalam sifatnya dari perubahan perilaku. Chaplin membedakan emosi dengan perasaan, dan dia mendefinisikan perasaan (*feelings*) adalah pengalaman disadari yang diaktifkan baik oleh perangsang eksternal maupun oleh bermacam-macam keadaan jasmaniah.[25]

Emosi merupakan keadaan yang timbul oleh situasi tertentu. Emosi sering terjadi dalam kaitannya dengan perilaku yang mengarah atau menyingkir terhadap sesuatu. Perilaku tersebut pada umumnya disertai adanya ekspresi kejasmanian sehingga orang lain dapat mengetahui bahwa seseorang sedang mengalami emosi. Misalnya kalau orang sedang takut wajahnya akan terlihat pucat, jantungnya berdebar-debar, jadi adanya perubahan kejasmananian perubahan kejasmanian sebagai rangkaian dari emosi yang dialami oleh individu yang bersangkutan.[26]

Dari pengertian di atas dapat penulis simpulkan bahwa emosi merupakan suatu keadaan yang pasti ada dalam setiap diri seseorang, yang mana emosi tersebut muncul dikarenakan adanya rangsangan-rangsangan tertentu. Emosi yang ada dalam setiap diri individu tentunya berbeda dengan individu lainnya.

---

[25] Mohammad Ali & Mohammad Asrori...h. 62

[26] Triantoro Safaria & Nofrans Eka Saputra, *Manajemen Emosi*, (Jakarta: PT Bumi Aksara, 2009), h. 12

Setelah memahami apa itu emosi, dapat kita lihat lebih lanjut terkait dengan kecerdasan emosional, banyak pendapat berkenaan dengan kecerdasan emosional ini.

Dalam kamus besar bahasa Indonesia edisi ke tiga, kecerdasan emosional adalah kecerdasan yang berkenaan dengan hati dan kepedulian antar sesama manusia, makhluk lain dan alam sekitar.[27]

Kecerdasan emosional dalam perspektif islam pada dasarnya adalah kemampuan untuk mengendalikan emosi atau mengusai emosi dalam diri seseorang beserta prilakunya. Manusia yang lepas kontrol akan berakibat mudah dikuasi nafsunya, sedangkan nafsu itu sangat mudah dipengaruhi oleh setan. Allah juga berfirman dalam Al-Qur'an terkait dengan kecerdasan emosional, diantaranya firman Allah tersebut terdapat dalam surat Al-Hajj ayat 46 yang artinya:

أَفَلَمۡ يَسِيرُواْ فِي ٱلۡأَرۡضِ فَتَكُونَ لَهُمۡ قُلُوبٞ يَعۡقِلُونَ بِهَآ أَوۡ ءَاذَانٞ يَسۡمَعُونَ بِهَاۖ فَإِنَّهَا لَا تَعۡمَى ٱلۡأَبۡصَٰرُ وَلَٰكِن تَعۡمَى ٱلۡقُلُوبُ ٱلَّتِي فِي ٱلصُّدُورِ ٤٦

Artinya: maka Apakah mereka tidak berjalan di muka bumi, lalu mereka mempunyai hati yang dengan itu mereka dapat memahami atau mempunyai telinga yang dengan itu mereka dapat mendengar? karena Sesungguhnya bukanlah mata itu yang buta, tetapi yang buta, ialah hati yang di dalam dada.[28]

[27] Departemen Pendidikan dan Kebudayaan RI, *Kamus Besar Indonesia,* (Jakarta: Balai Pustaka, 2007), edisi III, h.209

[28] Al-quran surat Al-hajj ayat 46

Menurut UU no 20 tahun 2003 tentang SISDIKNAS, Tujuan Pendidikan Nasional adalah mencerdaskan kehidupan bangsa dan mengembangkan manusia indonesia seutuhnya, yaitu manusia yang beriman dan bertaqwa terhadap Tuhan Yang Maha Esa dan berbudi pekerti luhur, memiliki pengetahuan dan keterampilan, kesehatan jasmani dan rohani, kepribadian yang mantap dan mandiri serta rasa tanggung jawab kemasyarakatan dan kebangsaan.[29]

Para ahli psikologi juga mengemukakan pendapatnya terkait dengan kecerdasan emosional, diantara Menurut Salovey dan Mayer mendefinisikan kecerdasan emosional sebagai "Suatu kecerdasan sosial yang berkaitan dengan kemampuan seseorang dalam memantau baik emosi dirinya maupun emosi orang lain, dimana kemampuan ini digunakan untuk mengarahkan pola pikir dan prilakunya.[30]

Menurut W. T. Grant Consortium "Kecerdasan emosional adalah memberikan nama perasaan-perasaan, mengungkapkan perasaan, mengintensitas perasaan, mengelola perasaan, menunda perasaan, mengendalikan dorongan hati, mengurangi stress, dan mengetahui perbedaan antara perasaan dan tindakan.[31]

Menurut Goleman kecerdasan emosional merujuk pada kemampuan untuk memotivasi diri sendiri dan bertahan menghadapi frustasi, mengendalikan dorongan hati dan tidak melebih–lebihkan

[29] Undang-Undang Dasar Negara Republik Indonesia No 20 Tahun 2003, Tentang SISDIKNAS

[30] Makmum Mubayidh, *Kecerdasan dan Kesehatan Emosional Anak*. (Jakarta: Pustaka Al-Kausar, 2006), h.15

[31] Riana Mashar, *Emosi Anak Usia Dini dan Strategi Pengembangannya*, (Jakarta: Kencana,2011), hal. 62

kesenangan, mengatur suasana hati dan menjaga agar beban stres tidak melumpuhkan kemampuan berfikir, dan berempati.[32]

Goleman mengatakan bahwa kecerdasan emosional adalah kemampuan lebih yang dimiliki seseorang dalam memotivasi diri, ketahanan dalam menghadapi kegagalan, mengendalikan emosi dan menunda kepuasan, serta mengatur keadaan jiwa. Dengan kecerdasan emosional tersebut seseorang dapat menempatkan emosinya pada porsi yang tepat, memilah kepuasan dan mengatur suasana hati.[33]

Pendapat lain, yaitu Reuven- On dikutip dalam buku Steven dan Howard menyebutkan bahwa kecerdasan emosional merupakan serangkaian kemampuan, kompetensi, dan kecakapan non kognitif, yaitu yang mempengaruhi kemampuan seseorang untuk berhasil mengatasi tuntutan dan tekanan lingkungan.[34]

Kecerdasan emosional ini juga dapat disebut dengan *Street Smart* (pintar) atau kemampuan khusus yang kita sebut dengan "akal sehat", terkait dengan kemampuan membaca lingkungan politik dan sosial, dan menata kembali, kemampuan memahami dengan spontan apa yang diinginkan dengan apa yang dibutuhkan orang lain, kelebihan dan kekurangan mereka, kemampuan untuk tidak terpengaruh oleh tekanan,

---

[32] Daniel Goleman, *Emitional Intelligence*, (Jakarta:PT Gramedia Pustaka Utama, 2002), hal.45

[33] Daniel Goleman ,2005,…h, 117

[34] Steven dan Howard. *Ledakan EQ*. (Bandung: Galeri Buku Indonesia, 2002), h. 30

dan kemampuan untuk menjadi orang yang menyenangkan, yang kehadirannya didambakan oleh orang lain.[35]

Kecerdasan emosional bukanlah muncul dari pemikiran intelek yang jernih, tetapi dari pekerjaan hati manusia. *Emotional intelegence* (EI) bukanlah trik-trik tentang penjualan atau menata sebuah ruangan, dan bukan tentang memakai topeng kemunafikan atau psikologi yang mengendalaikan atau memanipulasi seseorang. Kecerdasan emosionallah yang memotivasi seseorang untuk mencari manfaat dan mengaktifkan aspirasi dan nilai-nilai yang paling dalam, mengubah apa yang difikirkan menjadi apa yang dijalani. Kecerdasan emosioanl menuntut seseorang belajar mengakui dan menghargai perasaan pada dirinya dan orang lain untuk menanggapi secara tepat, menerapkan dengan efektif informasi dan energi, emosi dalam kehidupan dan pekerjaan sehari-hari.[36]

Berdasarkan penjelasan diatas dapat penulis simpulkan bahwa kecerdasan emosional merupakan kemampuan yang dimiliki seseorang untuk merasakan, memahami, dan menerapkan daya dan kepekaan emosi yang ada pada dirinya secara positif. Seseorang yang memiliki kecerdasan emosional tentunya mampu menempatkan emosi-emosi yang ada dalam dirinya dengan tepat. sehingga dengan kemampuan tersebut seseorang dapat menjalankan KES (Kehidupan Efektifnya

[35] Steven dan Howard. *Ledakan EQ...., h. 31*

[36] Hamzah B. Uno, *Orientasi Baru Dalam Psikologi Pembelajaran*, (Jakarta:PT Bumi Aksara, 2008), h. 71

Sehari-Hari) sebagai mana mestinya dan terhindar dari KES-T (Kehidupan efektif sehari-hari terganggu).

2. Indikator Kecerdasan Emosional

Goleman membagi kecerdasan emosional kedalam 5 (lima) komponen yaitu kesadaran diri, pengaturan diri, motivasi, empati dan keterampilan sosial.

a. Kesadaran diri

Kesadaran diri adalah bahan baku penting untuk menunjukan kejelasan dan pemahaman tentang perilaku seseorang. Saluran menuju kesadaran diri adalah rasa tanggung jawab dan keberanian.[37] Kesadaran diri berarti mengetahui apa yang kita rasakan pada suatu saat, dan menggunakannya untuk memandu pengambilan keputusan bagi diri sendiri, memiliki tolak ukur realitas atas kemampuan diri dan kepercayaan diri yang kuat.[38]

b. Pengaturan diri

Pengaturan diri berarti menangani emosi kita sedemikian sehingga berdampak positif pada pelaksanaan tugas, peka terhadap kata hati dan sanggup menunda kenikmatan sebelum tercapainya suatu sasaran yang diinginkan, serta mampu pulih kembali dari suatu tekanan emosi.

---

[37] Hamzah B. Uno, *Orientasi Baru Dalam Psikologi Pembelajaran*, (Jakarta:PT Bumi Aksara, 2008), h. 70

[38] Daniel Goleman, *Kecerdasan Emosi Untuk Mencapai Puncak Prestasi,* (Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 1999), h.513

c. Motivasi diri

Motivasi diri berarti menggunakan hasrat kita yang paling dalam untuk menggerakan dan menuntun kita menuju sasaran, membantu kita mengambil inisiatif dan bertindak sangat efektif, dan untuk bertahan menghadapi kegagalan dan frustasi.

d. Empati

Kemampuan berempati yaitu kemampuan untuk mengetahui bagaimana perasaan orang lain, ikut berperan dalam pergaulan dalam arena kehidupan. Empati berasal dari semacam peniruan secara fisik atas beban orang lain, yang kemudian menimbulkan perasaan yang serupa dalam diri seseorang. Orang empatik lebih mampu menangkap sinyal-sinyal sosial yang tersembunyi yang mengisyaratkan apa-apa yang dibutuhkan dan dikehendaki orang lain. Dengan kata lain, empati berarti kemampuan untuk menyadari, memahami, dan menghargai perasaan dan pikiran orang lain. Empati adalah menyelaraskan diri (peka) terhadap apa, bagaimana, terhadap latar belakang perasaan dan pikiran orang lain sebagaimana orang tersebut memikirkan dan merasakannya.[39]

Empati berarti merasakan apa yang dirasakan oleh orang lain, mampu memahami perspektif mereka, menumbuhkan hubungan

[39] Hamzah B. Uno...h. 74

saling percaya dan menyelaraskan diri dengan bermacam-macam orang.[40]

e. Keterampilan sosial

Keterampilan sosial berarti menangani emosi dengan baik ketika berhubungan dengan orang lain dan dengan cermat membaca situasi dan jaringan sosial, berinteraksi dengan lancar, menggunakan keterampilan-keterampilan ini untuk mempengaruhi dan memimpin, bermusyawarah dan menyelesaikan perselisihan, dan untuk bekerjasama dalam tim.[41]

Keterampilan sosial adalah unsur untuk menajamkan kemampuan antar pribadi, unsur untuk pembentuk daya tarik, keberhasilan sosial, bahkan karisma. Orang-orang yang terampil dalam kecerdasan sosial dapat menjalin hubungan dengan orang lain dengan cukup lancar.[42]

Dari uraian diatas dapat penulis simpulkan bahwa ada lima dasar kecakapan emosional yaitu, kesadaran diri, pengaturan diri, motivasi diri, empati dan keterampilan sosial. Apabila individu memiliki kemampuan yang baik dalam mengelola kelima dasar kecerdasan emosional tersebut maka kemungkinan besar individu akan cerdas secara emosional.

---

[40] Daniel Goleman, 2005...h..514

[41] Daniel Goleman, *Kecerdasan Emosi Untuk Mencapai Puncak Prestasi*, (Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 1999), h.513

[42] Hamzah B. Uno..., h. 75

3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kecerdasan Emosional

Ani Endriani berpendapat ada dua faktor yang mempengaruhi kecerdasan emosional seseorang, yaitu:

a. Faktor internal

Faktor adalah apa yang ada dalam diri individu yang mempengaruhi kecerdasan emosinya. Faktor internal ini memiliki dua sumber yaitu segi jasmani dan segi pskikologis. Segi jasmani adalah faktor fisik dan kesehatan individu, apabila fisik dan kesehatan seseorang dapat terganggu dapat dimungkinkan mempengaruhi proses kecerdasan emosinya. Segi psikologis mencakup didalamnya pengalaman, perasaan, kemampuan berfikir dan motivasi.

b. Faktor ekternal

Faktor ekternal adalah stimulus dan lingkungan dimana kecerdasan emosional berlangsung. Faktor eksternal meliputi: pertama, Stimulus itu sendiri, kejenuhan stimulus merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi keberhasilan seseorang dalam memperlakukan kecerdasan emosi tanpa distori. Kedua lingkungan atau situasi khususnya yang melatar belakangi kecerdasan emosi. Objek lingkungan yang melatarbelakangi merupakan kebulatan yang sangat sulit dipisahkan.[43]

[43] Ani Endriani, *Kecerdasan-Emosional-Menurut-Daniel-Goleman* tersedia: di (Online): Http://ani endriani.blogspot.com/2008/05/kecerdasan-emosi-posted-psikologi-umum.html. (4 April 2016)

Menurut Goleman faktor-faktor yang mempengaruhi kecerdasan emosional adalah:

a. Kehidupan keluarga

Keluarga merupakan hal yang paling berpengaruh dalam membangun kecerdasan emosi. Keluarga merupakan sekolah pertama untuk mempelajari emosi. Orang tua yang kecerdasan emosinya tinggi akan menguntungkan anak, karena orang tua dapat memilih tindakan-tindakan dan pola asuh yang sesuai bagi anak untuk meningkatkan kecerdasan emosi anak.

b. Pengalaman

Semakin anak bertambah dewasa, semakin sedikit waktu yang dihabiskan dalam keluarga, pengalaman-pengalaman di luar rumah akan memperkaya kecerdasan emosi anak. Hal-hal yang ditemui di luar rumah ada yang dapat meningkatkan atau justru mengurangi kecerdasan emosi. Teori Bandura mengenai belajar sosial mengatakan seseorang akan mempelajari perannya dalam kontak sosial . Demikian juga dengan kecerdasan yang dapat dipelajari dari adanya kontak sosial dengan orang lain.[44]

Dari uraian diatas dapat penulis simpulkan bahwa ada 4 faktor yang mempengaruhi kecerdasan emosional yaitu, faktor internal, faktor ekternal, kehidupan keluarga dan pengalaman. Menurut penulis diantara empat faktor tersebut faktor yang paling berpengaruh

[44] Daniel Goleman,2005,…,hal.53

terhadap kecerdasan emosional remaja yaitu kehidupan dalam keluarga, karena melalui lingkungan keluargalah individu pertama kali belajar berbagai hal termasuk kecerdasan emosional.

B. Remaja

1. Pengertian Remaja

Kata remaja berasal dari bahasa latin yaitu *adolescene* yang artinya tumbuh untuk mencapai kematangan. Remaja adalah suatu usia dimana individu terintegrasai kedalam masyarakat dewasa, suatu usia dimana anak tidak merasa bahwa dirinya berada dibawah tingkat orang yang lebih tua melainkan merasa sama, atau sejajar. Masa remaja berlangsung antara umur 12 tahun sampai 21 tahun bagi wanita dan 13 tahun sampai 22 tahun bagi pria. Remaja sebetulnya tidak mempunyai tempat yang jelas. Mereka sudah tidak termasuk golongan anak-anak, tetapi juga belum dapat diterima secara penuh untuk masuk kegolongan orang dewasa. Remaja ada diantara anak dan orang dewasa. Oleh karena itu remaja seringkali dikenal dengan fase ‘’mencari jati diri’’ atau fase topan dan badai.[45]

Banyak tokoh yang memberikan definisi tentang remaja seperti Debrun mendifinisikan remaja sebagai periode pertumbuhan masa kanak-kanak dan dewasa. Menurut Papalia dan Old masa remaja adalah masa transisi perkembangan antara masa kanak-kanak dan dewasa yang pada umumnya dimulai pada usia 12 atau 13 tahun dan

[45] Mohammad Ali, Mohammad Asrori, *Psikologi Remaja Perkembangan Peserta Didik*, (Jakarta : PT. Bumi Aksara, 2014), h. 9

berakhir pada usia akhir belasan tahun atau awal dua puluh tahun. Transisi perkembangan pada masa remaja berarti sebagaian perkembangan masa anak-anak masih dialami namun sebagian kematangan masa dewasa sudah dicapai.[46]

2. Ciri-Ciri Masa Remaja

Masa remaja adalah suatu masa perubahan. Pada masa remaja terjadi perubahan yang cepat baik secara fisik, maupun psikologis. Adapun beberapa perubahan yang terjadi selama masa remaja:

a. Peningkatan emosional yang terjadi secara cepat, peningkatan emosional ini merupakan hasil dari perubahan fisik terutaman hormon yang terjadi pada masa remaja. Dari segi soaial , peningkatan emosi ini merupakan tanda bahwa remaja berada pada kondisi yang baru yang berbeda denga kondisi sebelumnya.
b. Perubahan yang cepat secara fisik yang disertai kematangan seksual . terkadang perubahan ini membuat remaja tidak yakin akan dirinya dan kemampuan mereka sendiri. Perubahan fisik yang terjadi secara cepat berpengaruh terhadap konsep diri remaja.
c. Perubahan dalam hal yang menarik bagi dirinya dan hubungan dengan orang lain. Remaja tidak lagi berhubungan hanya dengan individu dari jenis kelamin yang sama, tetapi juga dengan lawan jenis, dan dengan orang dewasa.

[46] Yudrik Jahja, *Psikologi Perkembangan*, (Jakarta:kencana, 2015), h.219

d. Perubahan nilai, dimana apa yang mereka anggap penting pada masa kanak-kanak menjadi kurang penting karena telah mendekati dewasa.

e. Kebanyakan remaja bersikap *ambivalen* dalam menghadapi perubahan yang terjadi. Di satu sisi mereka menginginkan kebebasan, tetapi disisi lain mereka takut akan tanggungjawab yang menyertai kebebasan ini, serta meragukan kemampuan mereka sendiri untuk memikul tanggung jawab ini.[47]

3. Tugas-Tugas Perkembangan Remaja

Wiliam Kay, mengemukakan tugas-tugas perkembangan remaja itu sebagai berikut:

a. Menerima fisiknya sendiri.

b. Mencpai kemandirian emosional.

c. Mengembangkan keterampilan komunikasi interpersonal dan belajar bergaul dengan teman sebaya atau orang lain, baik secara individu maupun kelompok.

d. Menemukan manusia model yang dijadikan identitasnya.

e. Menerima dirinya dan memiliki kepercayaan terhadap kemampuan diri sendiri.

f. Memperkuat *self-control* (kemampuan mengendalikan diri)

[47] Yudrik Jahja...h. 235

g. Mampu meninggalkan reaksi dan penyesuaian diri (sikap/ perilaku) kekanak-kanakan.[48]

4. Faktor yang mempengaruhi perkembangan emosi remaja

Adapun faktor yang mempengauhi perkembangan emosi remaja sebagai berikut:

a. Perubahan Jasmani

Perubahan jasmani yang ditunjukan dengan adanya perubahan yang sangat cepat dari anggota tubuh, tidak semua remaja dapat menerima perubahan kondisi tubuh seperti itu.

b. Perubahan pola interaksi dengan orang tua

Pola asuh orang tua terhadap anak , termasuk remaja, sangat bervariasi. Ada pola asuh yangdianggap baik oleh dirinya sendiri sehingga ada yang bersifat otoriter, memanjakan anak, acu tak acuh, tetapi ada juga yang dengan penuh cinta kasih. Perbedaan pola asuh orang tua ini dapat berpengaruh terhadap perkembangan emosi remaja.

c. Perubahan interaksi dengan orang tua

Remaja seringkali membangun interaksi sesama teman sebayanya secara khas dengan berkumpul untuk melakukan aktivitas bersama dengan membentuk sebuah geng. Faktor yang sering menimbulkan masalah emosi pada masa ini adalah hubungan cinta dengan lawan jenis. Gejala ini sebenarnya sehat bagi remaja

[48] Yudrik Jahja...h. 237

tetapi tidak jarang juga menimbulkan konflik atau gangguan emosi pada remaja jika tidak diikuti dengan bimbingan dari orang tua atau orang yang lebih dewasa.

d. Perubahan pandangan luar

Ada sejumlah pandangan luar yang dapat menyebabkan konflik emosional dalam diri remaja, yaitu sebagai berikut:

1). Sikap dunia luar terhadap remaja yang seringkali tidak konsisten. Kadang-kadang mereka dianggap sudah dewasa, tetapi mereka tidak mendapat kebebasan penuh atau peran yang wajar sebagaimana orang dewasa.

2). Dunia luar masih menerapkan nilai yang berbeda untuk remaja laki-laki dan perempuan. Kalu remaja laki-laki memiliki banyak teman perempuan, mereka mendapat predikat populer dan mendatangkan kebanggaan. Sebaliknya, jika remaja putri yang memiliki banyak teman laki-laki sering dianggap tidak baik.

3). Seringkali kekosongan remaja dimanfaatkan oleh pihak luar yang tidak bertanggung jawab, yaitu dengan melibatkan remaja tersebut kedalam kegiatan-kegiatan yang merusak dirinya dan melanggar nilai-nilai moral. Seperti, penyalahgunaan obat terlarang.

e. Perubahan interaksi dengan sekolah

Pada masa anak-anak, sebelum menginjak masa remaja, sekolah merupakan tempat pendidikan yang diidealkan oleh mereka. Para guru merupakan tokoh yang sangat penting dalam kehidupan mereka, namun demikian tidak jarang terjadi bahwa dengan figur sebagai tokoh tersebut, guru memberikan ancaman-ancaman tertentu yang pada akhirnya menimbulkan permusuhan setelah anak tersebut menginjak masa remaja. Dalam pembaharuan, para remaja sering tebentur pada nilai-nilai yang tidak dapat mereka terima atau yang sama sekali bertentangan dengan nilai-nilai yang menarik bagi mereka. Pada saat itu, timbullah idealisme untuk mengubah lingkungannya. [49]

Berdasarkan uraian di atas dapat penulis simpulkan faktor-faktor yang mempengaruhi kecerdasan emosional meliputi faktor internal dan faktor eksternal, yang mana faktor inernal merupakan faktor yang berasal dari dalam diri individu, sedangkan faktor eksternal yaitu faktor yang berasal dari luar diri individu atau seseorang seperti lingkungan dan faktor keluarga.

[49] Mohammad Ali & Mohammad Asrori, *Psikologi Remaja*, (Jakarta: PT Bumi Aksara 2014), h. 69

5. Upaya Mengembangkan Emosi Remaja

Intervensi pendidikan untuk mengembangkan emosi remaja agar dapat mengembangkan kecerdasan emosional, salah satu diantaranya adalah dengan menggunakan intervensi yang dikemukakan oleh W.T. Grant Consortium tentang "Unsur-Unsur Aktif Program Pencegahan", yaitu sebagai berikut.

a. Pengembangan Keterampilan Emosional

Cara yang dapat dilakukan untuk mengembangkan keterampilan emoional individu adalah sebagai berikut.

1). Mengidentifikasi dan memberi nama atau label perasaan

2). Mengungkapkan perasaan

3). Menilai intensitas perasaan

4). Mengelola perasaan,

5). Menunda pemuasan

6). Mengendalikan dorongan hati,

7). Mengurangi stres, dan

8). Memahami perbedaan antara perasaan dan tindakan.

b. Pengembangan Keterampilan kognitif

Cara yang dapat dilakukan untuk mengembangkan keterampilan kognitif individu adalah sebagai berikut.

1). Belajar melakukan dialog batin sebagai cara untuk menghadapi dan mengatasi masalah atau memperkuat perilaku diri sendiri.

2). Belajar membaca dan menafsirkan isyarat-isyarat sosial, misalnya mengenali pengaruh sosial terhadap perilaku dan melihat diri sendiri dalam perspektif masyarakat yang lebih luas.

3). Belajar menggunakan langkah-langkah penyelesaian masalah dan pengambilan keputusan.

a). Belajar memahami sudut pandang orang lain (empati).

b). Belajar memahami sopan santun.

c). Belajar bersikap positif terhadap kehidupan.

d). Belajar mengembangkan kesadaran diri.

c. Pengembangan Keterampilan Perilaku

Cara yang dapat dilakukan untuk mengembangkan keterampilan perilaku individu adalah sebagai berikut.

1). Mempelajari keterampilan komunikasi nonverbal, misalnya berkomunikasi melalui pandangan mata, ekspresi wajah, gerak-gerik, dan sejenisnya.

2). Mempelajari keterampilan komunikasi verbal, misalnya mengajukan permintaan dengan jelas, mendengarkan orang lain, dan sejenisnya.[50]

[50] Mohammad Ali, Mohammad Asrori, *Psikologi Remaja Perkembangan Peserta Didik*, (Jakarta : PT. Bumi Aksara, 2014), h 73.

Dapat disimpulkan bahwa ada beberapa upaya yang dapat dilakukan untuk mengembangkan emosi remaja dan implikasinya bagi pendidikan yaitu, pengembangan keterampilan emosional, pengembangan keterampilan kognitif, dan pengembangan keterampilan perilaku. Ketiga pengembangan keterampilan tersebut bertujuan agar remaja memiliki kecerdasan emosional.

Dari uraian diatas dapat dipahami bahwa kecerdasan emosioanl remaja merupakan kemampuan yang dimiliki remaja untuk merasakan, memahami, dan menerapkan daya dan kepekaan emosi yang ada pada dirinya secara positif.

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Metode adalah suatu cara atau teknik yang dilakikan dalam proses penelitian. Sedangkan penelitian merupakan upaya dalam bidang ilmu pengetahuan dijalankan untuk memperoleh fakta-fakta dalam prinsip-prinsip dengan sabar, hati-hati dan sistematis untuk menjawab kebenaran.[51] Jadi metode penelitian adalah cara-cara yang digunakan untuk mengumpulkan data yang dikembangkan untuk memperoleh pengetahuan dengan mengajukan prosedur yang relevan dan terpercaya.

Untuk memperoleh data yang diperlukan dalam penelitian, penulis melakukan penelitian lapangan atau *field research* dengan pendekatan deskriptif kuantitatif, artinya penelitian ini penulis lakukan dengan melihat gejala yang terjadi dan menganalisanya dengan menggambarkan dan menginterprestasi objek sesuai dengan apa adanya dan hasilnya berupa angka-angka.[52] Penelitian deskriptif kuantitatif bertumpu sangat kuat pada pengumpulan data berupa angka dari hasil pengukuran. Karena itu data yang terkumpul harus diolah secara statistik agar dapat ditaksir dengan baik.

---

[51] Mardalis, *Metode Penelitian Suatu Pendekatan Proposal*, (Jakarta: Bumi Aksara,2006), h. 24

[52] Sukardi, *Metodologi Penelitian Pendidikan*, (Jakarta:Bumi Aksara, 2003), cet. Ke-1, h.157

B. lokasi Penelitian

Penulis menetapkan lokasi penelitian ini di Dusun Lubuak Nunang, Jorong Batang Silasiah, Nagari Bukik Batabuah, Kecamatan Candung, Kabupatem Agam. Pemilihan lokasi ini sebagai tempat penelitian didasarkan pada pertimbangan bahwa di lokasi ini penulis menemukan gejala-gejala atau fenomena atau permasalahan yang memerlukan pengkajian secara ilmiah.

C. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi merupakan objek penelitian. Populasi adalah keseluruhan objek penelitian.[53], Populasi adalah keseluruhan manusia yang terdapat dalam area yang telah ditetapkan.[54]

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh remaja yang ada di Dusun Lubuak Nunang yang berjumlah 24 orang. Usia remaja yang penulis ambil yaitu pada usia yang berlangsung antara umur 12 tahun sampai dengan 21 tahun bagi wanita dang 13 tahun sampai 22 tahun bagi pria. Rincian dari populasi tersebut dapat dilihat pada tabel III 1. berikut:

[53] Suharsimi Arikunto. *Dasar-Dasar Evaluasi Pendidikan*. (Edisi Revisi). (Jakarta; Bumi Aksara.2006). h. 130

[54] Muri Yusuf. *Metodologi Penelitian, (*Padang: UNP Press,2007), h..183

Tabel III. 1 Populasi
Remaja Dusun Lubuak Nunang

No	Jenis Kelamin	Jumlah
1	Laki-Laki	13
2	Perempuan	11
		Total : 24

Jumlah populasi penulis peroleh dari wali jorong berdasarkan data penduduk Dusun Lubuak Nunang, Jorong Batang Silasiah.[55]

2. Sampel

Sampel adalah sekelompok anggota populasi yang mewakili populasi, dalam pengambilan sampel Suharsimi Arikunto menjelaskan apabila subjeknya kurang dari 100 lebih baik diambil semuanya sehinggga penelitiannya merupakan penelitian populasi, tetapi jika jumlah subjeknya besar dari 100 dapat diambil antara 10-15 % atau 20-25 % atau lebih tergantung kemampuan, waktu, tenaga, dana, dan besar kecilnya resiko yang ditanggung oleh peneliti.[56]

Karena remaja yang ada di Dusun Lubuak Nunang hanya 24 orang maka peneliti mengambil sampel penelitian sebesar 100%. Jadi penarikan sampel pada penelitian ini dilakukan dengan menggunakan teknik total sampling. Rincian dari Sampel tersebut dapat dilihat pada tabel 1 berikut;

[55] Data Penduduk Jorong Batang Silasiah, Nagari Bukik Batabuah.
[56] Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*, (Jakarta: Rieneka Cipta, 2006), h.115

Tabel III 2. Sampel
Remaja Dusun Lubuak Nunang

No	Jenis Kelamin	Jumlah
1	Laki-Laki	13
2	Perempuan	11
		Total : 24

Jumlah Sampel penulis peroleh dari wali jorong berdasarkan data penduduk Dusun Lubuak Nunang, Jorong Batang Silasiah.[57]

D. Teknik Pengumpulan Data

1. Instrumen Penelitian

Pada penelitian ini, peneliti menggunakan teknik pengumpulan data dengan menggunakan angket.[58] Angket merupakan cara pengumpulan data berbentuk pengajuan tertulis melalui sebuah daftar pertanyaan yang sudah dipersiapkan sebelumnya, Penggunaan metode angket ini digunakan karena,

a. Biaya murah
b. Waktu untuk mendapatkan data relatif singkat
c. Dapat dilakukan sekaligus pada subjek yang banyak jumlahnya

Angket yang digunakan dalam penelitian ini merupakan angket langsung dan tertutup, artinya angket tersebut langsung diberikan kepada responden, kemudian responden diharuskan memilih jawaban yang telah tersedia. Pengumpulan data dilakukan melalui

[57] Data Penduduk Jorong Batang Silasiah, Nagari Bukik Batabuah.
[58] Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian ...* , h. 136

pengadministrasian instrument. Prosedur pengumpulan data di administrasikan melalui langkah-langkah sebagai berikut:

a. Menemui objek penelitian.
b. Menjelaskan tujuan, kegunaan dan cara pengisian instrument.
c. Mengumpulkan intrumen yang sudah disi oleh objek penelitian.
d. Melakukan penskoran dan menganalisis data yang terkumpul tersebut.

Angket yang digunakan yaitu angket dengan skala *Likert*, dimana angket ini biasanya digunakan untuk mengukur sikap, pendapat dan persepsi seseorang terhadap fenomena sosial. Adapun indikator dalam penelitian ini yaitu:

a. Kesadaran diri
b. Pengaturan diri
c. Motivasi diri
d. Empati
e. Keterampilan sosial

Indikator diatas dijabarkan kedalam sub indikator, kemudian disusun butir-butir (item) yang berupa pernyataan. Setiap responden dapat memilih jawaban dengan cara memberikan tanda ceklis pada pilihan jawaban yang telah disediakan.

Dengan mengunakan kategori alternatif jawaban, pemberian skor pada tiap-tiap alternatif jawaban dengan memperhatikan pernyataan positif dan negatif. Skor untuk masing-masing pernyataan tentunya

berbeda, pada pernyataan positif diberi skor, 5-4-3-2-1 sedangkan pada pernyataan negatif diberi skor, 1-2-3-4-5. Skor pada masing masing pernyataan dapat dilihat pada tabel berikut:[59]

Tabel III. 3
Skor Alternatif Jawaban

Pilihan jawaban		**Skor**	
		(+)	**(-)**
Sangat Sesuai	(SS)	5	1
Sesuai	(S)	4	2
Cukup Sesuai	(CS)	3	3
Kurang Sesuai	(KS)	2	4
Tidak Sesuai	(TS)	1	5

2. Validasi Instrumen

Pengujian validitas yang peneliti lakukan adalah validitas isi. Validitas ini merupakan validitas yang menunjukkan sejauh mana pertanyaan, tugas atau butir dalam suatu instrumen mampu mewakili secara keseluruhan dan proporsional perilaku sampel yang dikenai instrumen tersebut. Artinya instrumen itu valid apabila butir-butir instrumen itu mencerminkan keseluruhan konten atau materi yang diujikan atau yang seharusnya dikuasai secara proporsional.

Untuk menguji tingkat kevalitan instrumen, peneliti menggunakan dua cara uji coba validitas yaitu:

a. Pengujian Validitas Konstruksi (*Construct Validity*)

Validitas Konstruksi ini dilakukan dengan menggunakan pendapat ahli (*Judgement experts*) dan para ahli diminta

[59] : Sugiyono, *Metode Penelitian Kombinasi*, (Bandung: Alfabeta, 2011), h. 137

pendapatnya tentang instrument yang telah disusun.[60] Hasil dari validasi dapat berupa perubahan tatabahasa, tataletak kata atau lainnya sesuai dengan pendapat ahli. Dalam melakukan validitas ini peneliti meminta kepada Bapak Budi Santosa,M.Pd, Darul Ilmi, M.Pd dan Ibu Rahmawati Wae, M.Pd.

b. Validitas Empirik (*Empiric Validit*)

Suatu instrumen dinyatakan valid setelah dilakukan uji coba instrumen.[61] Uji coba instrument dilakukan kepada remaja di luar sampel penelitian yaitu 30 orang. Setelah data terkumpul dilakukan penghitungan uji coba menggunakan SPSS 22.

Tabel III. 4
Tabel Validasi Empirik

No	Variabel	Degree of fredom (DF)	Item valid	Item tidak valid
1	Kesadaran diri	0,361	3,4 5 8,9,10,11	1,2,7,6,12,13,14
2	Pengaturan diri	0,361	16,18,20,22,24,27,28	15,17,19,21,23,25,26
3	Motivasi diri	0,361	29,30,31,32,33,34,36, 37,38,40,41	35,39,42
4	Empati	0,361	45,46,48,50,53,54,55, 56	43,44,47,49,51,52
5	Keterampilan sosial	0,361	60,63,64,65,68,70	57,58,59,61,62,67,66, 69
Jumlah			39	29

3. Reliabilitas Instrumen

[60] Sugiyono, *Metodologi Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*, ..., h. 125
[61] Suharsimi Arikonto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*,...,h.145

Reliabilitas merupakan keajegan atau konsistensi inturumen penelitian. Reliabilitas adalah, konsistensi atau kestabilan skor suatu instrumen penelitian terhadap individu yang sama dan diberikan dalam waktu yang berbeda.[62]

Analisis reliabilitas data ini menggunakan teknik *Alpha Cronbach* di bantu dengan program SPSS 22 *for Windows*. Adapun hasil reliabilitas instrumen ini yaitu:

Tabel III. 5
Reliability Statistik Kecerdasan Emosional

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.902	70

E. Teknik Pengolahan Data

Setelah data terkumpul, maka data tersebut perlu diolah atau diproses dengan cara:

1. *Editting*

   Editing yaitu peneliti memeriksa jawaban yang diberikan responden sehingga mendapatkan pedoman yang jelas tentang data tersebut.

2. *Coding*

   Coding merupakan suatu proses penyusunan secara sistematis data mentah (yang ada dalam angket) kedalam bentuk yang mudah

[62] Muri Yusuf, *Teknik Analisis Data*, (Padang: FIP UNP, 1996), h. 26

dibaca.[63] Jawaban-jawaban dari responden akan diklasifikasikan ke dalam kelas-kelas dengan cara memberi tanda atau kode pada masing-masing jawaban.

3. Tabulasi

Tabulasi yaitu Proses penempatan data kedalam bentuk tabel yang telah diberi kode sesuai dengan kebutuhan analisis.[64]

4. *Mean*

Mean yaitu jumlah seluruh data dibagi dengan jumlah data. Rata-rata dapat dicari dengan data tunggal maupun data kelompok, dengan rumus sebagai berikut:

$$X = \frac{\sum X}{N}$$

Keterangan :

X = Rata-rata hitung

$\sum X$ = Jumlah skor

N = Banyak subjek[65]

5. Standar Deviasi

$$SD = \frac{\sqrt{\sum X^2}}{N}$$

Keterangan :

SD = Standar Daviasi

[63] Bambang Prasetyo, Lina Miftahul Jannah. *Metode Penelitian Kuantitatif.* (Jakarta: Raja Grafindo Persada. 2012).h. 171

[64] Syofian Siregar, *Statistika Deskriptif Untuk Penelitian Dilengkapi Perhitungan Manual dan Aplikasi SPSS Versi 17,* (Jakarta:Rajawali Pers , 2011), h.206

[65] Suharsimi Arikunto, *Manajemen Pendidikan,* (Jakarta: Rineka Cipta, 1998), h.266

$\sum X^2$ = Jumlah semua deviasi, setelah mengalami proses penguadratan terlebih dahulu

N = *Namber of cases*[66]

6. Range

Range yaitu jangkauan yaitu selisih nilai maksimum dengan nilai minimum dalam suatu kumpulan data, dengan rumus sebagai berikut:

R = H-L[67]

Keterangan:

R = *Range*

H = Skor atau nilai tertinggi

L = Skor atau nilai terendah

Data kecerdasan emosional remaja dianalisis dengan teknik deskriptif-kuantitatif dengan rumus persentase menurut P = f/N x 100

Keterangan:

P = Tingkat persentase jawaban

F = Frekuensi jawaban

N = Jumlah responden[68]

Adapun untuk mempermudah memahami data hasil penelitian tersebut didistribusi frekuensi kategori. Untuk mengetahui interval data ditentukan dengan menggunakan rumus *mean hipotetic* sebagai berikut:[69]

Interval = Data terbesar – Data terkecil : Jumlah kelompok

---

[66] Suharsimi Arikonto, *Manajemen pendidikan*,...h. 97
[67] Suharsimi Arikunto, *Manajeman Pendidikan*,...h.98
[68] Sudjana (2002: 50);
[69] Agus Irianto, *Statistik Konsep Dasar dan Aplikasinya*, (Jakarta:Kencana, 2007), h. 22

Interval = 255-51: 5

= 204 : 5

= 40,8 dan digenapkan menjadi 41

Pengkategorian penilaian dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel III. 6
Pengkategorian Kecerdaan Emosional

Kategori	Kriteria
Sangat tinggi	Nilai ideal-Interval (255-41) = ≥ 214
Tinggi	213 - 41 = 172-213
Cukup	171 - 41 = 130-171
Rendah	129 – 41 = 88-129
Sangat rendah	88 = ≤ 47

BAB IV

HASIL PENELITIAN

A. Deskriptif Data Penelitian

Pada bab ini dikemukakan hasil penelitian dan pembahasan mengenai kecerdasan emosional remaja di Dusun Lubuak Nunang Nagari Bukik Batabuah. Objek penelitian yang akan dideskripsikan berjumlah 24 responden. Berikut penjelasan deskripsi data hasil penelitian.

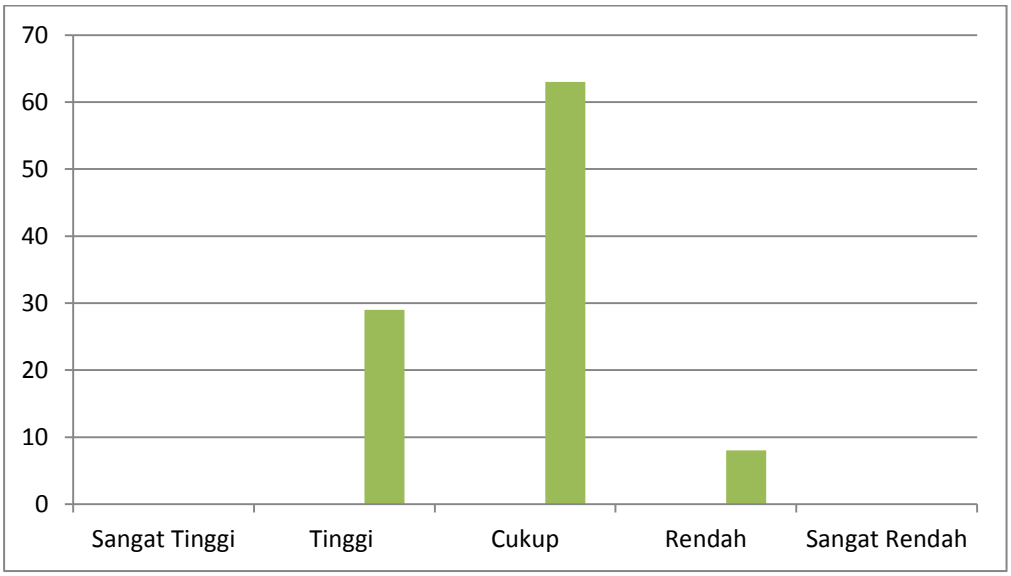
Tabel. IV.1
Kecerdasan emosional
N=24

Interval	Katagori	F	%	Nilai					
				Tertinggi	Terendah	Mean	Modus	Median	Ideal
≥ 214	Sangat Tinggi	0	0%	201	127	155,29	135	144	5
172 – 213	Tinggi	7	29%						
130 – 171	Cukup	15	63%						
88-129	Rendah	2	8%						
≤ 87	Sangat Rendah	0	0						
Jumlah		24	100%						

Tabel IV.1 di atas mendeskripsikan bahwa kecerdasan emosional remaja yang berkategori sangat tinggi berjumlah 0 orang (0%), kategori tinggi berjumlah 7 orang (29%), kategori cukup 15 orang (63%), kategori rendah 2 orang (8%), sedangkan kategori sangat rendah 0 orang (0%). Nilai tertinggi dengan skor 201, nilai terendah dengan skor 127, nilai mean dengan skor 155,29, nilai modus dengan skor 135, dan median dengan skor 144.

Dari data hasil penelitian di atas diketahui kecerdasan emosional remaja di Dusun Lubuak Nunang Nagari Bukik Batabuah didominasi kategori cukup 63% dan baik.

Diagram. IV.1
Kecerdasan emosional
N=24



1. Kesadaran diri

Untuk mendapatkan hasil penelitian yang lebih rinci berkenaan dengan indikator kesadaran diri, maka dilakukan analisis data hasil penelitian sebagai berikut.

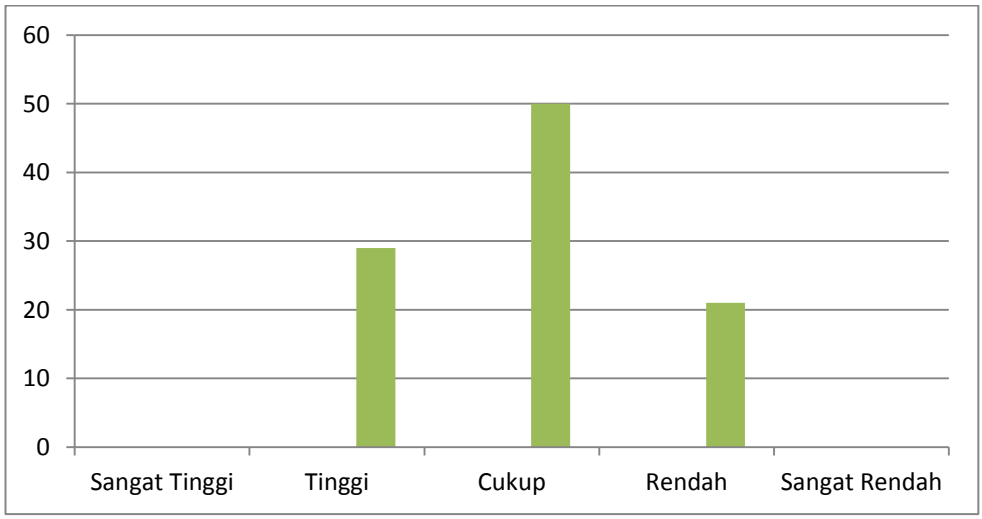
Tabel IV.2
Kesadaran diri
N=24

Interval	Katagori	F	%	Nilai					
				Tertinggi	Terendah	Mean	Modus	Median	Ideal
≥ 34	Sangat Tinggi	0	0%	33	15	23,13	21	21	5
27-33	Tinggi	7	29%						
20-26	Cukup	12	50%						
13-19	Rendah	5	21%						
≤ 12	Sangat Rendah	0	0 %						
Jumlah		24	100%						

Tabel IV.2 di atas mendeskripsikan bahwa kecerdasan emosional remaja dilihat dari indikator kesadaran diri yang berkategori sangat tinggi berjumlah 0 orang (0%), kategori tinggi berjumlah 7 orang (29%), kategori cukup 12 orang (50%), kategori rendah 5 orang (21%), sedangkan kategori sangat rendah 0 orang (0%). Nilai tertinggi dengan skor 33, nilai terendah dengan skor 15, nilai mean dengan skor 23,13, nilai modus dengan skor 21, dan median dengan skor 21.

Dari data hasil penelitian di atas diketahui kecerdasan emosional remaja di Dusun Lubuak Nunang Nagari Bukik Batabuah didominasi kategori cukup 50%.

Diagram. IV.2
Kesadaran diri
N=24



2. Pengaturan diri

Untuk mendapatkan hasil penelitian yang lebih rinci berkenaan dengan indikator pengaturan diri, maka dilakukan analisis data hasil penelitian sebagai berikut.

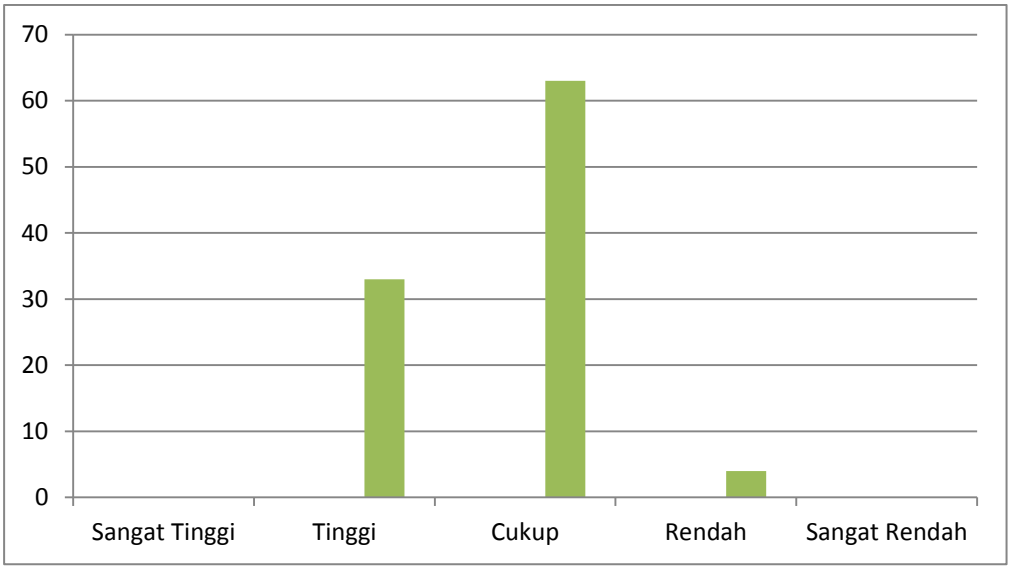
Tabel IV.3
pengaturan diri
N=24

Interval	Katagori	F	%	Nilai					
				Tertinggi	Terendah	Mean	Modus	Median	Ideal
≥ 46	Sangat tinggi	0	0%	45	25	33,71	33	32,5	5
36-45	tinggi	8	33%						
26-35	Cukup	15	63%						
16-25	Rendah	1	4%						
≤ 15	Sangat Rendah	0	0 %						
Jumlah		24	100%						

Tabel IV.3 di atas mendeskripsikan bahwa kecerdasan emosional remaja dilihat dari indikator pengaturan diri yang berkategori sangat tinggi berjumlah 0 orang (0%), kategori tinggi berjumlah 8 orang (33%), kategori cukup 15 orang (63%), kategori Rendah 1 orang (4%), sedangkan kategori sangat rendah 0 orang (0%). Nilai tertinggi dengan skor 45, nilai terendah dengan skor 25, nilai mean dengan skor 33,71, nilai modus dengan skor 33, dan median dengan skor 32,5.

Dari data hasil penelitian di atas diketahui kecerdasan emosional remaja di Dusun Lubuak Nunang Nagari Bukik Batabuah didominasi kategori cukup 63%.

Diagram. IV.3
Pengaturan diri
N=24



3. Motivasi diri

Untuk mendapatkan hasil penelitian yang lebih rinci berkenaan dengan motivasi diri, maka dilakukan analisis data hasil penelitian sebagai berikut.

Tabel IV.4
Motivasi diri
N=24

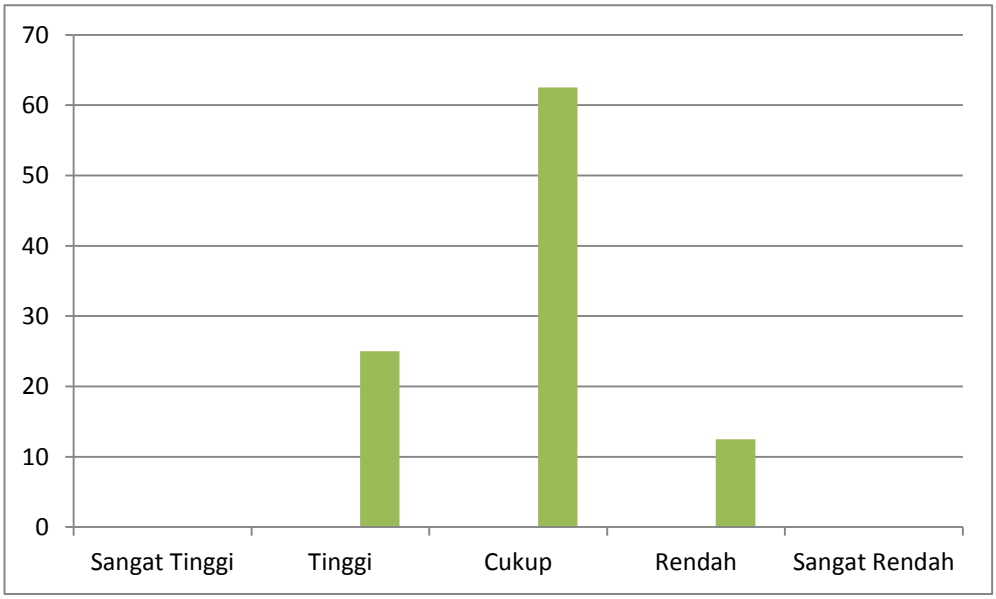
Interval	Katagori	F	%	Nilai					
				Tertinggi	Terendah	Mean	Modus	Median	Ideal
≥ 55	Sangat Tinggi	0	0%	52	27	38,54	37	37	5
44-55	Tinggi	6	25%						
33-43	Cukup	15	62,5%						
22-32	Rendah	3	12,5%						
≤ 21	Sangat Rendah	0	0 %						
Jumlah		24	100%						

Tabel IV.4 di atas mendeskripsikan bahwa kecerdasan emosional remaja dilihat dari indikator motivasi diri yang berkategori sangat tinggi

berjumlah 0 orang (0%), kategori tinggi berjumlah 6 orang (25%), kategori cukup 15 orang (62,5%), kategori rendah 3 orang (12,5%), sedangkan kategori sangat Rendah 0 orang (0%). Nilai tertinggi dengan skor 52, nilai terendah dengan skor 27, nilai mean dengan skor 38,54, nilai modus dengan skor 37, dan median dengan skor 37.

Dari data hasil penelitian di atas diketahui kecerdasan emosional remaja di Dusun Lubuak Nunang Nagari Bukik Batabuah didominasi kategori cukup 62,5%.

Diagram. IV.4
Motivasi diri
N=24



4. Empati

Untuk mendapatkan hasil penelitian yang lebih rinci berkenaan dengan indikator empati, maka dilakukan analisis data hasil penelitian sebagai berikut.

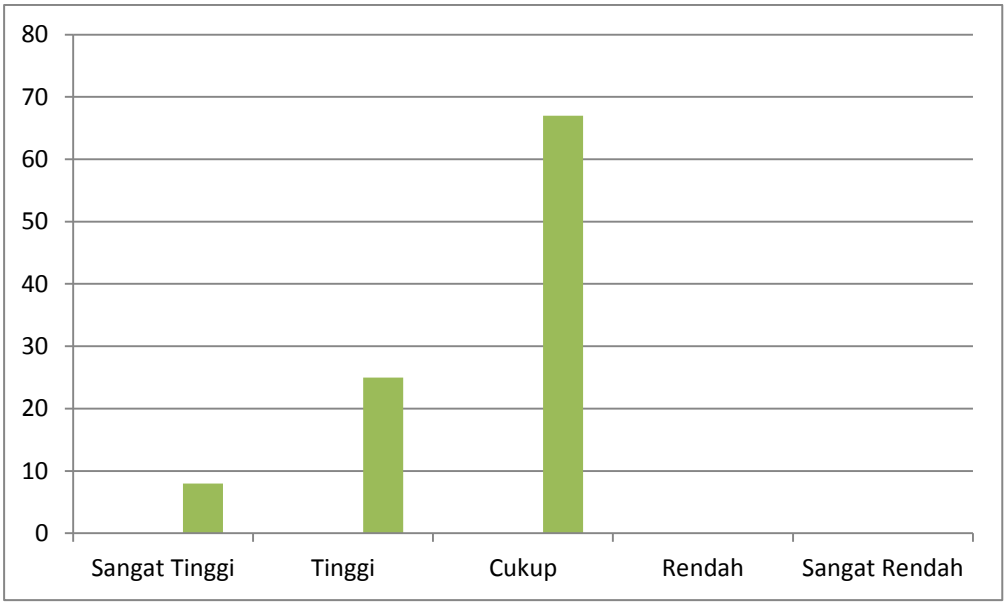
Tabel 1V.5
Empati
N=24

Interval	Katagori	F	%	Nilai					
				Tertinggi	Terendah	Mean	Modus	Median	Ideal
≥ 46	Sangat Tinggi	2	8%	47	26	34,46	29	32	5
36-45	Tinggi	6	25%						
26-35	Cukup	16	67%						
16-25	Rendah	0	0%						
≤ 6	Sangat Rendah	0	0 %						
Jumlah		24	100%						

Tabel IV.5 di atas mendeskripsikan bahwa kecerdasan emosional remaja dilihat dari indikator empati yang berkategori sangat Tinggi berjumlah 2 orang (8%), Tinggi berjumlah 6 orang (25%), kategori cukup 16 orang (50%), kategori rendah 0 orang (0%), sedangkan kategori sangat rendah 0 orang (0%). Nilai tertinggi dengan skor 47, nilai terendah dengan skor 26, nilai mean dengan skor 34,46, nilai modus dengan skor 29, dan median dengan skor 32.

Dari data hasil penelitian di atas diketahui kecerdasan emosional remaja di Dusun Lubuak Nunang Nagari Bukik Batabuah didominasi kategori cukup 67%.

Diagram. IV.1
Empati
N=24



5. Keterampilan sosial

Untuk mendapatkan hasil penelitian yang lebih rinci berkenaan dengan keterampilan sosial, maka dilakukan analisis data hasil penelitian sebagai berikut.

Tabel IV.6
Keterampilan sosial
N=24

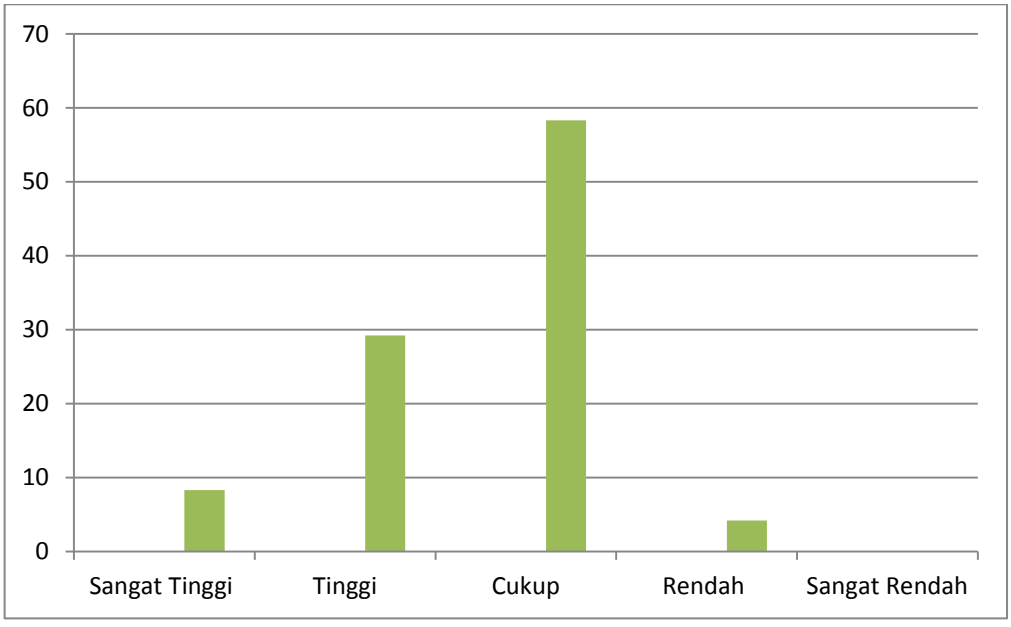
Interval	Katagori	F	%	Nilai					
				Tertinggi	Terendah	Mean	Modus	Median	Ideal
≥ 34	Sangat Tinggi	2	8,3%	36	18	25,46	23	24,5	5
27-33	Tinggi	7	29,2%						
20-26	Cukup	14	58,3%						
13-19	Rendah	1	4,2%						
≤ 12	Sangat Rendah	0	0 %						
Jumlah		24	100%						

Tabel IV.6 di atas mendeskripsikan bahwa kecerdasan emosional remaja dilihat dari indikator keterampilan sosial yang berkategori sangat

tinggi berjumlah 2 orang (8,3%), kategori tinggi berjumlah 7 orang (29%), kategori cukup 14 orang (58,3%), kategori rendah 1 orang (4,2%), sedangkan kategori sangat rendah 0 orang (0%). Nilai tertinggi dengan skor 36, nilai terendah dengan skor 18, nilai mean dengan skor 25,46, nilai modus dengan skor 23, dan median dengan skor 24,5.

Dari data hasil penelitian di atas diketahui kecerdasan emosional remaja di Dusun Lubuak Nunang Nagari Bukik Batabuah didominasi kategori cukup sebesar 58,3%.

Tabel. IV.6
Keterampilan sosial
N=24



B. Pembahasan

Ahli psikologi memandang manusia adalah makhluk yang secara alami memiliki emosi, termasuk remaja yang mana emosi merupakan keadaan jiwa

yang menampakkan diri dengan suatu perubahan yang jelas pada tubuh.[70] Pada dasarnya emosi manusia bisa dibagi menjadi dua kategori umum yaitu emosi positif dan emosi negatif. Adapun emosi positif seperti bahagia sedangkan emosi negatif seperti kecewa, takut, sedih.

Masa remaja merupakan masa peralihan antara anak-anak kemasa dewasa. Karena berada pada masa peralihan status remaja agak kabur, baik bagi dirinya maupun bagi lingkungannya. Masa remaja biasanya memiliki energi yang besar, emosi berkobar-kobar, sedangkan pengendalian diri belum sempurna. Remaja juga sering mengalami perasaan tidak aman, tidak tenang, kesepian, dan khawatir.[71] Banyaknya perubahan yang terjadi pada masa remaja tentunya berpengaruh terhadap kecerdasan emosional remaja.Secara umum masalah yang terjadi pada remaja dapat diatasi dengan baik jika orang tuanya termasuk orang tua yang cukup baik.[72]

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan dari 24 responden, di Dusun Lubuak Nunang Nagari Bukik Batabuah diketahui bahwa kecerdasan emosional remaja pada indikator kecerdasan emosional yaitu kesadaran diri, pengaturan diri, motivasi diri, empati dan keterampilan sosial di dominasi kategori cukup Berikut penjelasan masing-masing indikator kecerdasan emosinal.

---

[70] Triantoro Safaria & Nofrans Eka Saputra, *Manajemen Emosi*, (Jakarta: PT Bumi Aksara, 2009), h. 11

[71]Mohammad Ali & Mohammad Asrori, *Psikologi Remaja*, (Jakarta: PT Bumi Aksara 2014), h. 67

[72] Yudrik Jahja, *Pikologi Perkembangan*, (Jakarta: Kencana, 2011), h. 288

1. Kesadaran Diri

Kesadaran diri adalah bahan baku penting untuk menunjukan kejelasan dan pemahaman tentang perilaku seseorang.[73] Berdasarkan deskripsi hasil penelitian yang dilakukan dari 24 orang responden, diketahui bahwa kecerdasan emosional remaja pada indikator kesadaran diri yang berkategori sangat tinggi berjumlah 0 orang (0%), kategori tinggi berjumlah 7 orang (29%), kategori cukup 12 orang (50%), kategori rendah 5 orang (21%), sedangkan kategori sangat rendah 0 orang (0%)..

Berdasarkan persentase yang diperoleh dari deskripsi hasil penelitian diketahui bahwa kecerdasan emosional remaja pada indikator kesadaran diri belum berkembang secara optimal, hasil penelitian menunjukan bahwa tidak satupun remaja yang kesadarannya berada pada kategori sangat tinggi, dan dari 24 orang remaja di Dusun Lubuak Nunang hanya 7 orang remaja yang kesadaran dirinya berada pada kategori tinggi. hal ini dapat disebabkan oleh berbagai faktor, adapun faktor yang mempengaruhi kecerdasan emosional menurut Ani Endriani ada dua yaitu faktor internal dan faktor ekternal.[74] Jika faktor yang mempengaruhi bersifat positif maka kecerdasan emosional remaja akan meningkat dan apabila faktor yang mempengaruhi bersifat negatif maka kecerdasan emosional remaja akan menurun.

Berdasarkan pengamatan peneliti di Dusun Lubuak Nunang faktor yang mempengaruhi kesadaran diri remaja yaitu belum adanya pemahaman dan

---

[73] Hamzah B. Uno, *Orientasi Baru Dalam Psikologi Pembelajaran*, (Jakarta:PT Bumi Aksara), 2008, h. 70

[74] Ani Endriani, *Kecerdasan-Emosional-menurut-Daniel-Goleman* tersedia: di (Online): Http://ani endriani.blogspot.com/2008/05/kecerdasan-emosi-posted-psikologi-umum.html. (4 April 2016)

perhatian individu terhadap diri, hal tersebut menyebabkan kesadaran diri remaja belum berkembang secara optimal. Untuk itu diperlukan upaya untuk meningkatkan kesadaran diri remaja, untuk meningkatkan kedaran diri remaja peran orang tua sangat penting karena orangtua lah yang lebih mengenal remaja (anaknya), orang tua dapat memberikan arahan positif terhadap emosi-emosi negatif yang ditampilkan remaja.

2. Pengaturan Diri

Pengaturan diri berarti menangani emosi kita sedemikian sehingga berdampak positif pada pelaksanaan tugas, peka terhadap kata hati dan sanggup menunda kenikmatan sebelum tercapainya suatu sasaran yang diinginkan, serta mampu pulih kembali dari suatu tekanan emosi.[75]

Berdasarkan deskripsi hasil penelitian yang dilakukan dari 24 orang responden, diketahui bahwa kecerdasan emosional remaja pada indikator pengaturan diri yang berkategori sangat tinggi berjumlah 0 orang (0%), kategori tinggi berjumlah 8 orang (33%), kategori cukup 15 orang (63%), kategori Rendah 1 orang (4%), sedangkan kategori sangat rendah 0 orang (0%).

Berdasarkan persentase yang diperoleh dari deskripsi hasil penelitian diketahui bahwa kecerdasan emosional remaja pada indikator pengaturan diri belum berkembang secara optimal, hasil penelitian menunjukan bahwa tidak satupun remaja yang kesadarannya berada pada kategori sangat tinggi, dari 24 orang remaja di Dusun Lubuak Nunang hanya 8 orang remaja yang

[75] Hamzah B. Uno...h. 85

kesadaran dirinya berada pada kategori tinggi. Hal ini menunjukan bahwa banyak remaja yang tidak memiliki pengaturan diri yang baik, ini juga menunjukan bahwa banyak remaja yang gagal dalam menjalankan tugas-tugas perkembangan pada masa remaja dengan baik, yang mana salah satu tugas perkembangan pada masa remaja yaitu mencapai kemandirian emosional.[76]

Banyak faktor yang mempengaruhi tidak berkembangnya kecerdasan emosional remaja secara optimal diantaranya pola asuh orang tua terhadap anak, termasuk remaja, sangat bervariasi. Ada pola asuh yang dianggap baik oleh dirinya sendiri sehingga ada yang bersifat otoriter, memanjakan anak, acu tak acuh, tetapi ada juga yang dengan penuh cinta kasih. Perbedaan pola asuh orang tua ini dapat berpengaruh terhadap perkembangan emosi remaja.

Berdasarkan pengamatan peneliti di Dusun Lubuak Nunang faktor yang mempengaruhi kecerdasan emosional remaja pada indikator pengaturan diri yaitu remaja belum mampu dalam manajemen diri, selain itu orangtua belum sepenuhnya peduli terhadap apa yang diperbuat oleh anaknya. Sehingga kecerdasan emosional remaja tidak berkembang secara maksimal. Adapun upaya yang dapat dilakukan agar pengaturan diri remaja dapat berkembang optimal yaitu pertama orang tua perlu memperhatikan kembali bagaimana perlakuan mereka terhadap remaja selama ini, dan ketika perlakuan yang sebelumnya belum baik diharapkan orangtua dapat konsultasi kepada pihak yang ahli tentang bagaimana cara memperlakukan

[76] Yudrik jahja...238

anak pada usia remaja dengan tujuan berkembangnya pengaturan diri remaja secara optimal.

3. Motivasi Diri

Motivasi berarti menggunakan hasrat kita yang paling dalam untuk menggerakan dan menuntun kita menuju sasaran, membantu kita mengambil inisiatif dan bertindak sangat efektif, dan untuk bertahan menghadapi kegagalan dan frustasi.[77]

Berdasarkan deskripsi hasil penelitian yang dilakukan dari 24 orang responden, diketahui bahwa kecerdasan emosional remaja pada indikator motivasi diri yang berkategori sangat tinggi berjumlah 0 orang (0%), kategori tinggi berjumlah 6 orang (25%), kategori cukup 15 orang (62,5%), kategori rendah 3 orang (12,5%), sedangkan kategori sangat Rendah 0 orang (0%).

Berdasarkan persentase yang diperoleh dari deskripsi hasil penelitian diketahui bahwa kecerdasan emosional remaja pada indikator motivasi diri belum berkembang secara optimal, hasil penelitian menunjukan bahwa tidak satupun remaja yang kesadarannya berada pada kategori sangat tinggi, dari 24 orang remaja di Dusun Lubuak Nunang hanya 6 orang remaja yang motivasi dirinya berada pada kategori tinggi.

Berdasarkan pengamatan peneliti di Dusun Lubuak Nunang faktor yang mempengaruhi kecerdasan emosional remaja pada indikator motivasi diri yaitu remaja belum memiliki kemauan untuk melakukan perubahan

[77] Hamzah B. Uno...h. 85

untuk dirinya menuju hal yang lebih baik, selain itu belum terlihat peran dari lingkungan untuk meningkatkan motivasi diri remaja. Belum optimalnya motivasi diri remaja dapat menyebabkan remaja dimanfaatkan oleh pihak luar untuk kepentingan pribadi, hal ini sesuai dengan pendapat M.Ali & M.Asrori yang mana Seringkali kekosongan remaja dimanfaatkan oleh pihak luar yang tidak bertanggung jawab, yaitu dengan melibatkan remaja tersebut kedalam kegiatan-kegiatan yang merusak dirinya dan melanggar nilai-nilai moral. Seperti, penyalahgunaan obat terlarang.[78] Untuk meningkatkan motivasi diri remaja diperlukan upaya dari berbagai pihak, orangtua perlu memperhatikan dengan siapa remaja berteman, jika remaja berteman dengan orang yang cerdas secara emosional maka seiring berjalannya waktu motivasi diri remaja dapat berkembang lebih baik.

4. **Empati**

Empati berarti merasakan apa yang dirasakan oleh orang lain, mampu memahami perspektif mereka, menumbuhkan hubungan saling percaya dan menyelaraskan diri dengan bermacam-macam orang.[79]

Berdasarkan deskripsi hasil penelitian yang dilakukan dari 24 orang responden, diketahui bahwa kecerdasan emosional remaja pada indikator empati yang berkategori sangat Tinggi berjumlah 2 orang (8%), Tinggi berjumlah 6 orang (25%), kategori cukup 16 orang (50%), kategori rendah 0 orang (0%), sedangkan kategori sangat rendah 0 orang (0%).

[78] Mohammad Ali, Mohammad Asrori,...69
[79] Daniel Goleman...h..514

Berdasarkan persentase yang diperoleh dari deskripsi hasil penelitian diketahui bahwa kecerdasan emosional remaja pada indikator empati belum berkembang secara optimal, dari 24 orang remaja di Dusun Lubuak Nunang hasil penelitian menunjukan bahwa hanya 2 orang yang memiliki empati sangat tinggi. Hal ini menunjukan bahwa kecerdasan emosional remaja terkait dengan empati tidak berkembang maksimal.

Empati merupakan salah satu inti dari kecakapan emosi, semakin tinggi kecerdasan emosional seseorang semakin besar kemungkinan untuk sukses.[80] Jika empati seseorang tidak berjalan sebagaimana mestinya besar kemungkinan orang tersebut dekat dengan kegagalan dalam berbagai hal. Untuk itu diperlukan adanya upaya dari pihak yang bersangkutan untuk dapat meningkatkan kecerdasan emosional remaja terkait dengan emosi ini, agar remaja dekat dengan kesussesan di berbagai bidang.

Berdasarkan pengamatan peneliti di Dusun Lubuak Nunang faktor yang mempengaruhi kecerdasan emosional remaja pada indikator empati yaitu belum terlihatnya peran orang tua dalam memberikan pelatihan emosional pada anak sehinga anak tidak begitu peduli terhadap apa yang terjadi pada orang lain, hal tersebut menyebabkan kecerdasan emosional remaja belum berkembang secara optimal. Upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan empati remaja yaitu remaja perlu diajarkan bagaimana memahami sudut pandang orang lain.

[80] Hamzah B.Uno...h. 71

Para ilmuan sepakat bahwa empati lebih penting dari pada simpati, empati merupakan suatu aktivitas untuk memahami apa yang sedang difikirkan dan dirasakan orang lain.[81] Empati dibagun dari kesadaran dari kasadaran diri, semakin terbuka kita terhadap emosi diri sendiri, semakin terampil kita memahami kerangka pikir orang lain.[82].

5. Keterampilan Sosial

Keterampilan sosial adalah unsur untuk menajamkan kemampuan antar pribadi, unsur untuk pembentuk daya tarik, keberhasilan sosial, bahkan karisma. Orang-orang yang terampil dalam kecerdasan sosial dapat menjalin hubungan dengan orang lain dengan cukup lancar.[83]

Berdasarkan deskripsi hasil penelitian yang dilakukan dari 24 orang responden, diketahui bahwa kecerdasan emosional remaja pada indikator keterampilan sosial yang berkategori sangat tinggi berjumlah 2 orang (8,3%), kategori tinggi berjumlah 7 orang (29%), kategori cukup 14 orang (58,3%), kategori rendah 1 orang (4,2%), sedangkan kategori sangat rendah 0 orang (0%).

Berdasarkan persentase yang diperoleh dari deskripsi hasil penelitian diketahui bahwa kecerdasan emosional remaja pada indikator keterampilan sosial belum berkembang secara optimal, dari 24 orang remaja di Dusun Lubuak Nunang hasil penelitian menunjukan bahwa hanya 2 orang yang

[81] Taufik, *Empati Pendekatan Psikologi Sosial*, (Jakarta:PT.Raja Grafindo Persada, 2012) cet-1. h. 37

[82] Atok Miftachul Hudha, *Menjadi Pribadi Inovatif, Kreatif, Mandiri yang Bersprituali*tas, (Malalang: Aditia Media Publishing, 2012), h. 70

[83] Hamzah B. Uno...75

keterampilan sosialnya berada pada kategori sangat tinggi, 7 itu berarti dari 24 remaja ada 15 orang yang keterampilan sosialnya perlu ditingkatkan lagi.

Remaja sebagai harapan bangsa serta pemimpin dimasa depan sangat diharapkan dapat mencapai pekembangan sosial secara matang, dalam arti dia memiliki penyesuaian sosial yan tepat. Penyesuaian sosial ini dapat diartikan sebagai "kemampuan unuk mereaksikan secara tepat terhadap realitas sosial, situasi, relasi". [84]

Berdasarkan pengamatan peneliti di Dusun Lubuak Nunang faktor yang mempengaruhi keterampilan sosial yaitu remaja belum memahami akan pentingnya keterampilan sosial dalam kehidupan. Upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan keterampilan sosial remaja yaitu remaja diajarkan keterampilan komunikasi yang baik, selain itu remaja dapat diikutsertakan dalam berbagai organisasi karena dalam organisasi keterampilan sosial juga dapat berkembang lebih baik.

Dari uraian diatas dapat dilihat bahwa sebagian besar kecerdasan emosional remaja di Dusun Lubuak Nunang Nagari Bukik Batabuah belum berkembang secara maksimal, untuk itu diperlukan adanya upaya agar kecerdasan emosional remaja meningkat, ada beberapa upaya yang dapat dilakukan untuk mengembangkan emosi remaja dan implikasinya bagi

[84] Syamsu Yusuf, *Psikologi Perkembangan Anak & Remaja*, (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2008), h. 198

pendidikan yaitu, pengembangan keterampilan emosional, pengembangan keterampilan kognitif, dan pengembangan keterampilan perilaku.[85]

C. Keterbatasan Penelitian

Penelitian ini telah dilksanakan dengan sebaik mungkin berdasarkan metode dan prosedur penelitian ilmiah yang sesuai dengan jenis penelitian. Meskipun demikian peneliti menyadari bahwa sebagai manusia biasa, kekurangan dan kekeliruan mungkin saja terjadi, karena hal tersebut sudah menjadi sifat kemanusiaan makhluk yang memiliki keterbatasan. Segala yang benar dan mutlak hanyalah hasil cipta, karsa dan karya dari allah SWT. Adapun keterbatasan tersebut, dijelaskan sebagai berikut:

1. Sampel yang diambil dalam penelitian ini terbatas jumlahnya yaitu 24 responden, yang mana 24 rerponden ini juga merupakan jumlah populasi yang terdapat di lokasi penelitian.
2. Peneitian ini dibatasi pada usia remaja yang berlangsung antara umur 12 tahun sampai dengan 21 tahun bagi wanita dan 13 tahun sampai 22 tahun bagi pria.[86]
3. Variabel dalam penelitian ini hanya satu variabel yaitu kecerdasan emosional. Teori yang dikemukakan terkait kecerdasan emosional cukup bervariatif dan masih banyak teori-teori lain yang mungkin belum penulis temukan terkait kecerdasan emosional yang penulis teliti.

[85] Mohammad Ali, Mohammad Asrori...h. 73
[86] Mohammad Ali & Mohammad Asrori..., h.9

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian di Dusun Lubuak Nunang Nagari Bukik Batabuah, dapat disimpulkan bahwa kecerdasan emosional remaja didominasi kategori cukup, penjelasannya sebagai berikut:

1. Kecerdasan emosional remaja pada indikator kesadaran diri di dominasi kategori cukup yaitu 50%, dan tidak ada satupun remaja yang memiliki kasadaran diri sangat tinggi.
2. Kecerdasan emosional remaja pada indikator pegaturan diri di dominasi kategori cukup yaitu 63%, dan tidak ada satupun remaja yang memiliki kasadaran diri sangat tinggi.
3. Kecerdasan emosional remaja pada indikator motivasi diri di dominasi kategori cukup yaitu 62,5%, dan tidak ada satupun remaja yang memiliki kasadaran diri sangat tinggi.
4. Kecerdasan emosional remaja pada indikator empati di dominasi kategori cukup yaitu 67%, dan dari 24 orang remaja hanya 1 orang yang empatinya berada pada kategori sangat tinggi.
5. Kecerdasan emosional remaja pada indikator keterampilan sosial di dominasi kategori cukup yaitu 58,3%, dan dari 24 orang remaja hanya 1 orang yang empatinya berada pada kategori sangat tinggi.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian tentang kecerdasan emosional remaja di dusun lubuak nunang jorong batang silasiah, maka peneliti menyarankan kepada:

1. Orang tua, hasil penelitian ini dapat dijadikan bahan informasi tentang tingkat kecerdasan emosional remaja, sehingga dapat memberikan penanganan yang tepat untuk meningkatkan kecerdasan anak remaja mereka, seperti mengajarkan bagaimana cara menempatkan emosi sehingga dengan cara tersebut diharapkan dapat meningkatkan kecerdasan emosional yang selama ini belum tercapai secara optimal
2. Masyarakat, hasil penelitian ini dapat dijadikan bahan informasi tentang kecerdasan emosional remaja di lingkungan masyarakat, sehingga dengan mengetahui tingkat kecerdasan emosional remaja dapat dibuat program kegiatan sesuai dengan apa yang dibutuhkan remaja untuk meningkatkan kecerdasan emosional sehingga terbentuk kecerdasan emosional di Dusun Lubuak Nunang secara optimal.
3. Bagi remaja, hasil penelitian ini dapat memberikan gambaran kecerdasan emosional mereka, dengan mengetahui tingkat kecerdasan emosional remaja menyadari apa yang kurang tepat pada diri mereka dan diharapkan dengan mengetahui hasil dari penelitian ini dapat meningkatkan kecerdasan emosional mereka secara optimal.

4. Bagi peneliti lain, hasil penelitian ini hanya terbatas pada kecerdasan emosional, untuk itu kepada mahasiswa lain yang akan melakukan penelitian perlu diadakan penelitian pada aspek- aspek lainnya.